АСТ издательство

быстро, вкусно, просто

Лучшие рецепты для аэрогриля

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Аэрогриль сварит суп, поджарит мясо, сварит варенье, приготовит безе, сделает жаркое, пиццу, горячие бутерброды, йогурт и многое другое. Аэрогриль специально создан для того, чтобы готовить каждый день полный рацион для всей семьи, потому что на трех решетках могут готовиться одновременно три блюда.

Используя дома аэрогриль, вы сохраняете здоровье своей семьи, экономите свое время и в результате получаете прекрасный полноценный ежедневный или праздничный обед!

- Лучшие рецепты для аэрогриля
- Незаменимый помощник
- Первые блюда
- Солянка мясная сборная в горшочках
-
- Солянка из языка и грибов
-
- Суп куриный
-
- Суп овощной
-
- Суп рыбный
-
- Деревенский гороховый суп
-
- Деревенская уха
-
- Деревенский гороховый суп
-
- Солянка «Маркизова лужа»
-
- Суп из форели
-
- Борщ
-
- Борщ с сосисками и солеными грибами
-
- Английский борщ
-
- Борщ с фасолью
-

- Горячие закуски
- Запеченные яйца
- Запеканка из макарон с сардельками и сыром
- Запеканка из курицы с креветками
- Фаршированные помидоры
- Хлебные гамбургеры
- Сыр, жаренный в сухарях
- Горячие рыбные бутерброды
- Горячие бутерброды с колбасой
- Горячие мини-бутерброды
- Горячие овощные бутерброды
- Горячие бутерброды с грибами и луком
- Чесночные тосты
- Тосты с сыром
- Гренки для овощных блюд
- Гренки с сосисками
- Гренки с ветчиной, яйцом и перцем
- Тартинки с грибами
- Тартинки с ветчиной и яйцом по-венгерски
- Ветчинные рулетики
- Воздушный пирог
- Рулетики с горчицей
- Жюльен

- Жюльен с курицей
- Креветки в вине
- Горячая закуска с морской капустой «Лагуна»
- Горячая закуска с помидорами
- Омлет
- Омлет имбирный со свининой
- Омлет с креветками, грибами и курицей по-японски
- Омлет с ветчиной и овощами
- Вторые блюда
- Люля-кебаб по-турецки
- Баботе
- Баранина, тушенная с черносливом в горшочке
- Баранина с фасолью и грибами по-итальянски
- Баранина с баклажанами
- Баранина, запеченная с яйцами
- Баранина с красным вином по-португальски
- Баранина с кунжутом
- Грудинка баранья, фаршированная свининой и грибами
- Окорок бараний, тушенный с овощами
- Шея баранья с картофелем и грибами
- Рагу из баранины по-гречески
- Свинина под соусом «Шардон»
- Свинина маринованная по-венесуэльски

- Жареная свинина с миндалем
- Филе свиное, тушенное с яблоками
- Ножки свиные, тушенные с кислой капустой
- Свиные ножки с горохом
- Свиные ребрышки с апельсином
- Свиные ребрышки, тушенные с яблоками и кислой капустой
- Говядина, тушенная с картофелем и сладким перцем
- Телятина жареная с соусом из яблок и брусники
- Телятина по-дижонски
- Телятина под вишневым соусом
- Телятина фаршированная
- Грудинка говяжья в маринаде
- Грудинка телячья, шпигованная черносливом и морковью
- Грудинка телячья, фаршированная миндалем и зеленью
- Отбивные из свинины в соевом соусе
- Рулетики из свинины, запеченные в сухарях
- Бараньи отбивные по-таджикски
- Шницель свиной
- Шницель из телятины со шпинатом по-тоскански
- Бифштексы рубленые
- Купаты тушеные с соусом
- Оладьи из рыбы

- Фаршированная говяжья вырезка по-австралийски
- Биточки, запеченные с хреном и горчицей
- Свиные отбивные с чесноком
- Котлеты «Кубаночка»
- Бараньи котлеты с мятой
- Кебапчета
- Чанахи
- Польские рулеты
- Батон, фаршированный мясом и грибами
- Батоны мясные
- «Хлеб» мясной с беконом
- «Хлеб» из индейки и свинины
- Жаркое с айвой
- Жаркое из свинины с орехами и грибами
- Свинина по-королевски
- Свинина по-французски
- Мясное рагу по-марокканski
- Говядина с цикорием, яблоками и изюмом по-фламандски
- Мясной фарш, запеченный с рублеными овощами
- Мясо, тушенное с орехами и крыжовником
- Мясо, запеченное с рисом и овощами, по-перуански
- Мясо, запеченное под майонезом

- Запеканка пастушья
- Курица на пиве с картофелем
- Цыпленок, тушенный в вине, с шампиньонами
- Курица, тушенная в собственном соку
- Куриное филе, запеченное в фольге
- Фаршированные куриные грудки в ананасовом соусе
- Кисло-сладкий шашлык из цыпленка с острым арахисовым соусом
- Жареные куриные ножки и картофель «в мундире»
- Пряные куриные крылышки
- Индейка в маринаде
- Индейка со специями, глазированная алычой
- Индейка с облепихой
- Индейка-шерри
- Утка, фаршированная фруктами
- Кролик в горшочке
- Жаркое из кролика с шампиньонами
- Пельмени, запеченные в горшочках
- Куриная печень на вертеле
- Печень, зажаренная куском
- Печень в горшочках
- Язык говяжий по-кавказски
- Язык по-французски

- Почки, жаренные с кореньями, по-китайски
- Запеченные бараньи потроха
- Студень
- Рыба, запеченная с сыром
- Треска в горчичном соусе
- Рыбные рулеты с сыром
- Рыбное жаркое с овощами в горшочке
- Судак с белым вином
- Рыба в маринаде
- Суфле из консервированного лосося
- Овощное ассорти, запеченное с яйцом в фольге
- Суфле из кабачков с белым соусом
- Картофель печеный
- Каши
- Гороховая каша с копченостями
- Тыквенно-чечевичная каша
- Каша гречневая
- Каша рисовая сладкая
- Пшенная каша с морковью и молоком
- Выпечка
- Кекс «Шоколадный»
- Сочни «Лимонные»
- Пирожки сырно-чесночные

- Морковные булочки
- Ватрушка «Лакомка»
- Лимонник
- Пирожные «Снегурочка»
- Хлебно-фруктовый десерт
- Яблочная шарлотка
- Слоеные рулетики
- Пудинг с джемом
- Банановое суфле
- Фруктовый торт
- Пирог с черникой
- Пирожки картофельные с мясом
- Чернично-банановая пицца
- Шарлотка
- Яблоки, запеченные с курагой
- Яблочная запеканка
- Яблочный кекс
- Кокосовое пирожное
- Английский пудинг
- Пудинг сливочный с орехами

Лучшие рецепты для аэрогриля

Незаменимый помощник

Аэрогриль – без преувеличения революционное изобретение последнего времени. Он незаменимый помощник на кухне для любой хозяйки, не имеет аналогов среди современной бытовой техники, удобен и прост в применении, компактен, готовит без дыма и запаха.

Только представьте – самый простой аэрогриль может заменить десять различных приборов: гриль, шашлычницу, пароварку, фритюрницу, тостер, конвекционную духовку, ростер, сковородку, кастрюлю, йогуртницу. В нем можно приготовить большое количество блюд по разнообразным рецептам. Причем он все делает сам, достаточно только положить в него продукты и выбрать программу. Об окончании работы аэрогриль сообщит звуковым сигналом.

Аэрогриль специально создан для того, чтобы готовить каждый день полный рацион для всей семьи, потому что на трех решетках могут одновременно готовиться три блюда.

Одним из достоинств аэрогрилей является то, что им не нужна вытяжка. В процессе приготовления пищи на аэрогриле не происходит выделения дыма или гари, не пригорает масло, не бывает брызг жира по всей кухне и запахов готовки во всей квартире.

Аэрогриль сварит суп, поджарит мясо, сварит варенье, приготовит безе, сделает жаркое, пиццу, горячие бутерброды, йогурт и многое другое.

Кроме того, аэрогриль готовит очень быстро, что позволит сэкономить значительное количество времени. Например, курица-гриль весом около 1 кг обычно готовится всего 40 минут. И еще он прозрачный: можно наблюдать весь процесс приготовления!

У аэрогриля много преимуществ – это компактность, отсутствие вредных излучений, экономия электроэнергии, отсутствие контакта с нагревательными элементами, возможность одновременного приготовления нескольких блюд, в любой посуде, возможность готовить пищу на пару, сохраняя витамины.

Покупая и используя дома аэрогриль, вы сохраняете здоровье своей семьи, экономите свое время и в результате получаете прекрасный полноценный ежедневный или праздничный обед!

Удачи вам и приятного аппетита!

Первые блюда

Солянка мясная сборная в горшочках

...

На 3 горшочка: 300–400 г курицы или свинины, 150 г вареной колбасы, 150 г консервированных грибов, 3 средние картофелины, 1,5 кубика любого бульона, 3 средних соленых огурца, морковь, кетчуп, чеснок, зелень, лавровый лист, 1 л кипящей воды.

Нарезать кусочками мясо, морковь, картофель, колбасу, огурцы – кубиками. Измельчить лук, чеснок, зелень. Приготовленные продукты разложить в горшочки, залить кипящей водой. Варить солянку на нижней решетке 40–45 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора высокая.

Для получения аппетитной пенки на солянке за 10 минут до окончания варки с горшочков можно снять крышки.

Перед подачей на стол добавить в горшочки по 1 столовой ложке сметаны или майонеза.

Солянка из языка и грибов

...

400 г отварного языка, 200 г пассерованных грибов, 100 г пассерованного лука, 3 лавровых листа, 50 г сливочного масла, 50 мл белого виноградного вина, 150 г припущенных соленых огурцов, 300 г помидоров, 600 мл бульона, 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, перец, соль по вкусу.

Отварной язык нарезать мелкими ломтиками, все продукты распределить на 4 порционных горшка, добавить грибы, лук, соль, перец, лавровый лист, сливочное масло, вино, припущенные соленые огурцы, помидоры, нарезанные ломтиками. Все залить бульоном и поставить в аэрогриль. Тушить в течение 10 минут при температуре 200 ˚С. Подать в горшочке, посыпав зеленью.

Суп куриный

...

На 3 горшочка: 3 порционных куска курицы, 1 головка репчатого лука, 2 моркови, 2–3 картофелины, 3 лавровых листа, перец горошком, зелень, соль, специи.

Лук и морковь мелко нарезать, картофель нарезать кубиками, зелень порубить. В каждый горшочек положить по кусочку курицы, распределить лук, морковь и картофель. Добавить по 1 лавровому листу, 2–3 горошины перца, соль и специи по вкусу. Залить горячей водой, закрыть крышками и поставить на нижнюю решетку аэрогриля. Готовить 30 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора – высокая.

Суп овощной

...

2–3 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 1 яйцо, лавровый лист, соль, сливочное масло, зелень.

Овощи нарезать мелкими кубиками, сложить в кастрюльку, залить крутым кипятком, посолить. Поставить в аэрогриль на 25–30 минут при температуре 260 °С на средней скорости. Яйцо взбить в мисочке и постепенно, помешивая, влить в готовый суп. Положить лавровый лист. Выдержать суп еще 5–7 минут в том же режиме. Перед подачей положить в суп кусочек сливочного масла и посыпать рубленой зеленью.

Суп рыбный

...

На 3 горшочка: 2 свежие сельди, 2 картофелины, 2 соленых огурца, 1/2 стакана огуречного рассола, 2 луковицы, 1 морковь, лавровый лист, укроп, соль.

Почистить сельдь, освободить от костей, разрезать на небольшие куски, сложить в горшочки, сверху положить нарезанные мелкими кубиками картофель, морковь, лук, залить крутым кипятком. Поставить в аэрогриль на 40 минут, температура 260 °С, скорость высокая. Затем положить лавровый лист, мелко нарезанные соленые огурцы и налить горячий огуречный рассол. Посыпать укропом и выдержать еще 10 минут.

Деревенский гороховый суп

...

Горох, картофель, морковь, лук,
чеснок, зелень, соленый шпиг.

Сало нарезать кубиками, чеснок и лук мелко порубить. Натереть на крупной терке морковь, зелень порубить. Горох промыть, но не замачивать. Положить все продукты в горшочек, залить горячей водой или бульоном, накрыть крышкой и поставить в аэрогриль. Готовить 1 час 20 минут: первые 20 минут готовить при температуре 260 °С на высокой скорости, далее – при температуре 120 °С, скорость вентилятора – средняя.

Деревенская уха

...

На 3 горшочка: 3 порционных куска рыбы (кета, морской окунь, скумбрия, форель) или несколько очищенных небольших целых рыбок (плотва, лещ, окунь), 2 моркови, 1 головка репчатого лука, 2–3 картофелины, укроп, соль, специи.

Лук, морковь, картофель нарезать, зелень порубить. В каждый горшочек положить рыбу, распределить овощи, добавить зелень, соль и специи. Залить горячей водой, накрыть крышками. Готовить в аэрогриле 20 минут на нижней решетке при температуре 260 °С, скорость – высокая.

Деревенский гороховый суп

...

Горох, картофель, морковь, лук,
чеснок, зелень, соленый шпиг.

Соленый шпиг нарезать кубиками, чеснок мелко порубить. Нарезать картошку, морковь, лук, зелень. Горох промыть, замачивать не надо.

В горшочки разложить горох, овощи, зелень. Залить горячей водой или бульоном и поставить в прогретый аэрогриль на 1 час 20 минут при температуре 260 °С, скорость высокая, затем еще на 1 час при температуре 180 °С, скорость высокая.

Стоит приготовить к супу гренки. Их можно подсушить тут же, на верхней решетке, минут за 6–8 до конца варки супа.

Солянка «Маркизова лужа»

...

Продукты на 1 горшочек: бекас, дупель или часть дикой утки, 50 г ветчины, мяса или колбасы, 1–2 картофелины, 1 небольшая морковь, лавровый лист, перец горошком.

Для заправки: *1 луковица, 2–3 ст. ложки острого томатного соуса или кетчупа, 1/2 ч. ложки сахарного песка, 1–2 ложки сметаны, уксус, черный перец по вкусу, петрушка, укроп.*

Ветчину, мясо или колбасу нарезать кусочками. Картошку нарезать кубиками. Морковь нарезать кружочками.

В горшочки положить кусочки дичи, мясопродукты, морковь, картофель, лавровый лист, соль, перец. Закрыть крышкой или фольгой. Варить при температуре 260 °С в течение 50 минут, скорость – высокая.

За это время приготовить заправку: луковицу мелко порубить, добавит томатный соус, сахар, уксус. Обжарить заправку на сковороде минут 10.

Суп из форели

...

100 г рыбы, картофель, перец, лук, приправы и соль по вкусу.

Филе рыбы нарезать на кусочки, картофель, лук, перец тоже нарезать и сложить все в глиняный или стеклянный горшочек. Готовить 30–35 минут при температуре 250 °С. Скорость обдува – высокая.

Борщ

...

200 г мяса, 1 свекла, 2 картофелины, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 бульонный кубик, 2 ст. ложки уксуса, 1–2 ст. ложки растительного масла, специи, соль.

Очистить овощи. Лук мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, перемешать и положить в мелкую тарелку, налить растительное масло. Свеклу натереть на крупной терке, перемешать с уксусом и добавить немного кипятка. Положить в глубокую тарелку. Готовить 25 минут при температуре 235 °С, скорость вентилятора – высокая.

Мясо нарезать на куски, картофель разрезать на 4 части. Уложить на решетку. Готовить 15 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора – высокая.

Положить все в горшочки, добавить специи и бульонный кубик, залить кипятком. Готовить на нижней решетке 5 минут при температуре 235 °С и высокой скорости.

Борщ с сосисками и солеными грибами

...

2 картофелины, 1 морковь, 1 свекла, 200 г капусты (свежей или квашеной), 300 г мяса, 6 сосисок, 2 бульонных кубика, 200 г соленых грибов, 3 ст. ложки кетчупа, 3 лавровых листа, 6 горошин перца, 1 головка репчатого лука, 3 зубка чеснока, 1 л воды.

Мясо вымыть, нарезать кусочками, разложить по горшочкам. Добавить измельченные грибы, кетчуп, специи. Все овощи вымыть, нарезать и распределить по горшочкам поровну. В каждый горшочек положить по 1/2 бульонного кубика.

Горшочки установить на нижнюю решетку аэрогриля. Залить кипятком, накрыть крышками. Готовить 25 минут при температуре 260 °C в режиме HIGH; затем 15 минут при температуре 150–180 °C в режиме MED. За 5 минут до окончания добавить нарезанные сосиски и зелень.

Английский борщ

...

На 3 горшочка: 2 картофелины, 1 морковь, 1 свекла, 200 г капусты, 300 г мяса, 6 шт. сосисок, 1,5 бульонных кубиков, 200 г соленых грибов, 3 ст. ложки кетчупа, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 1 л воды, специи по вкусу.

Мясо вымыть, нарезать кусочками, уложить на дно горшочков. Добавить измельченные грибы, кетчуп, специи. Все овощи вымыть, нарезать и распределить по горшочкам поровну. В каждый горшочек положить по 0,5 бульонного кубика. Горшочки установить на нижнюю решетку аэрогриля. Залить кипятком, накрыть крышками. Готовить 40–50 минут при 260 ºС, скорость – высокая.

Борщ с фасолью

...

Фасоль, морковь, свекла, картофель, капуста, мясной бульон, 3 ст. ложки томатного сока, укроп, петрушка, свежие или сушеные, соль, душистый перец, сливочное масло.

Фасоль замочить. Морковь и свеклу порезать соломкой, картофель нарезать ломтиками. Капусту нашинковать не очень мелко.

Сложить овощи в 3 горшочка, добавить в каждый по столовой ложке томатного сока, укроп, петрушку, душистый перец. Залить горячим бульоном, добавить немного сливочного масла. Томить в аэрогриле около 35 минут при температуре 260 ºС, скорость – высокая.

При желании можно положить в каждый горшочек по кусочку мяса или варить постный борщ на воде.

Горячие закуски

Запеченные яйца

...

6 яиц, 2 зубка чеснока, 2 головки репчатого лука, 100 мл сливок, 150 мл бульона, 3 ст. ложки сметаны, 2–3 ч. ложки кетчупа, зелень, перец, соль.

Приготовить соус: лук и чеснок мелко нарезать и пассеровать на маленьком огне, добавить кетчуп, рубленую зелень, черный перец, овощной бульон, сливки, сметану.

Яйца, сваренные вкрутую, разрезать пополам и уложить в форму, смазанную маслом. Залить горячим соусом яйца и готовить в разогретом аэрогриле 10–12 минут при температуре 260 °С на высокой скорости.

Запеканка из макарон с сардельками и сыром

...

1–2 сардельки или сосиски, 1 морковь, 1 луковица, 1 стручок сладкого перца, 1 помидор, 100–150 г кабачка, 2–3 яйца, 100–150 г макарон, 50–70 г тертого сыра, зелень, кетчуп, соль, перец.

Сардельки нарезать кубиками, морковь и кабачок натереть на крупной терке, перец, помидор, лук мелко нарезать.

В форму, смазанную маслом, положить нарезанные сардельку и овощи. Заполнить форму на четверть объема. Выпекать в аэрогриле 10 минут при температуре 235 ˚С на средней скорости. Затем насыпать в форму сухие макароны и залить крутым кипятком так, чтобы макароны были полностью покрыты водой, посолить, поперчить. Форма должна быть заполнена наполовину. Выдержать еще 15 минут при той же температуре. Затем вбить 2–3 яйца, перемешать, полить кетчупом, посыпать тертым сыром и запекать еще 10 минут при температуре 235 ˚С на максимальной скорости. Готовое блюдо посыпать мелко нарезанной зеленью.

Запеканка из курицы с креветками

...

120 г курицы, 8 креветок, 100 г рыбы, 4 яйца, 1 ст. ложка ликера, 1/2 ч. ложки соевого соуса, 4 ст. ложки консервированных грибов, 50 г зеленого горошка, 1/2 ч. ложки соли.

Смешать куриное мясо, нарезанное на мелкие кусочки, с креветками, очищенными от панциря, и мелко нарезанной рыбой, добавить зеленый горошек. Полученную массу разделить на 4 порции, разложить в горшочки, залить яйцами, тщательно перемешанными с соевым соусом и ликером, посолить. Запекать в аэрогриле в течение 15–20 минут при температуре 180 °С.

Фаршированные помидоры

...

Помидоры, майонез, твердый сыр, чеснок, зелень, соль, специи.

Помидоры вымыть, срезать верхушки, вынуть из помидоров мякоть (очень удобно это сделать при помощи чайной ложки). Мякоть помидора смешать с майонезом, тертым сыром, измельченным чесноком и зеленью, добавить соль и специи. Начинить помидоры полученным фаршем.

Разложить помидоры на нижней и средней решетках, готовить 15 минут при температуре 150–180 °С, скорость – средняя.

Хлебные гамбургеры

...

Хлеб, яйца, репчатый лук, соль, специи.

Хлеб нарезать на ломтики толщиной 2–2,5 см, мелко нарезать лук. Вынуть из хлеба мякиш, оставив «рамку». Мякиш раскрошить, добавить нарезанный лук, яйца, соль, специи (в фарш можно добавить мелко нарезанные грибы, крабовые палочки, тертый сыр, мелко нарезанные и спассерованные овощи). Все тщательно перемешать.

Хлебные «рамки» смазать майонезом, плотно заполнить фаршем.

Разложить на решетках (можно сразу на нескольких), готовить 10–15 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора – высокая.

Сыр, жаренный в сухарях

...

300 г твердого сыра, 2 яйца, панировочные сухари, специи, соль, мука.

Сыр нарезать прямоугольниками толщиной 1 см. Яйца взбить, добавив соль и специи.

Кусочки сыра обвалять в муке, смочить во взбитых яйцах и запанировать в сухарях. Выложить на верхнюю решетку аэрогриля, застеленную фольгой или бумагой для выпечки. Запекать в предварительно прогретом аэрогриле при максимальных параметрах (260 °С, высокая скорость) 10 минут.

Горячие рыбные бутерброды

...

1 банка шпрот, 2 яйца, сливочное масло, тертый сыр, черный хлеб.

Шпроты размять вилкой, добавить сваренные вкрутую рубленые яйца. Хлеб нарезать ломтиками толщиной 1 см, намазать сливочным маслом. На хлеб положить шпротную массу, посыпать тертым сыром. Выпекать в аэрогриле при температуре 260 °С 10–12 минут на максимальной скорости.

Горячие бутерброды с колбасой

...

Ветчина или колбаса, сыр, помидоры, майонез, соль, батон.

Батон нарезать толщиной 1 см, намазать майонезом, сверху положить ломтик ветчины, ломтик помидора (посыпать его солью), ломтик сыра. Запекать в аэрогриле на средней и верхней решетках при температуре 260 °C 10–15 минут на высокой скорости.

Горячие мини-бутерброды

...

10 простых сушек, 10 ломтиков французского или обычного батона (разрезать пополам), 1/2 стакана мелко нарезанных маринованных грибов, 1/2 стакана натертого сыра, 1 ст. ложка майонеза, сливочное масло, кетчуп.

Сушки размочить в воде в течение 10 минут, промокнуть салфеткой. Ломтики батона намазать сливочным маслом, сверху положить размоченную сушку, смазать ее по периметру кетчупом, заполнить смесью грибов и майонеза, посыпать тертым сыром. Выпекать в аэрогриле в течение 13–15 минут при температуре 260 ˚С на высокой скорости.

Горячие овощные бутерброды

...

1 сарделька или 2–3 кружка колбасы, 1 свежий огурец, 1 сладкий перец, 1 помидор, 1 луковица, 100 г сыра, 2 яйца, 2–3 ст. ложки майонеза, сливочное масло, батон, зелень, соль.

Сардельку и овощи нарезать мелкими кубиками, сыр натереть на крупной терке, вбить яйца, порубить зелень, добавить майонез. Все перемешать, посолить по вкусу. Нарезать батон толщиной 1 см, намазать сливочным маслом и положить сверху приготовленный салат. Запечь в аэрогриле при температуре 260 ˚С в течение 10–13 минут на высокой скорости. Можно запекать сразу на трех решетках.

Горячие бутерброды с грибами и луком

...

100 г сушеных грибов, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка сметаны, 3 ст. ложки сливочного масла, соль, перец – по вкусу, белый хлеб.

Отварить предварительно замоченные сушеные грибы, мелко нарезать и обжарить на сковороде, добавить муку, сметану и потушить несколько минут. Добавить желток, соль, перец и хорошо перемешать. Ломтики хлеба намазать сливочным маслом, затем грибной массой, посыпать тертым сыром (1 чайная ложка на каждый бутерброд), на сыр положить небольшой кусочек масла. Бутерброды уложить на решетку аэрогриля. Выпекать 15 минут при температуре 205 ˚С на максимальной скорости.

Чесночные тосты

...

1 французский батон (багет), 1/2 стакана сливочного масла, 2 ст. ложки тертого сыра, 2 зубка мелко нарезанного чеснока, соль, черный перец – по вкусу.

Нарезать батон по диагонали на куски толщиной в 2,5 см. Тщательно смешать масло, сыр, чеснок, соль и перец. Получившуюся смесь нанести на одну сторону ломтиков хлеба. Положить их в аэрогриль.

Режим приготовления: 6 минут – 450 °С – медленная скорость. Хлеб должен стать золотисто-коричневым. Повторить всю процедуру с оставшимися ломтиками хлеба.

Для травяных тостов вместо чеснока добавить в масло 2 столовые ложки нарезанной зелени петрушки, базилика или розмарина.

Тосты с сыром

Нарезать белый хлеб ломтиками толщиной 1 см. Обжарить с одной стороны.

Режим приготовления: 6 минут – 450 °С – медленная скорость. Хлеб должен стать золотисто-коричневым.

Намазать противоположную сторону тонким слоем масла, положить ломтик сыра (швейцарского, костромского, голландского) и обжарить до расплавления сыра.

Гренки для овощных блюд

...

150 мл молока, 1 яйцо, 15 г сахара, 50 г сливочного масла или маргарина.

Хлеб, нарезанный в форме треугольника или ромба, замочить в яично-молочной смеси с сахаром. Обжарить на решетке гриля до образования поджаристой корочки.

Гренки с сосисками

...

50 г шпига, 100 г сосисок, 20 мл растительного масла, 50 г мелких помидоров черри, 20 г салата-латука.

На ломтик хлеба положить ломтик шпига, сверху сосиску, крестообразно надрезанную с каждой стороны на 1/3 длины. Закрепить деревянной шпилькой. Шпиг и сосиску предварительно смазать растительным маслом. Гренки обжарить на решетке, украсить листиком салата, сверху положить помидор.

Гренки с ветчиной, яйцом и перцем

...

100 г ветчины, 60 мл молока, 1 яичный белок, 40 г сыра, 20 г сливочного масла, перец черный.

Пшеничный хлеб нарезать ломтиками толщиной 1 см и смочить в молоке. Вареную ветчину (нежирную) мелко нарезать или пропустить через мясорубку, добавить взбитый яичный белок, молотый перец и перемешать. Этой массой намазать подготовленные ломтики хлеба, сверху посыпать их тертым сыром, положить на решетку, смазанную маслом, и готовить 6 минут на медленной скорости при 450 °С.

Тартинки с грибами

...

120 г грибов, 20 мл растительного масла, 10 г соли, 4 г перца, 20 г сливочного масла.

Грибы очистить, промыть, обсушить на полотенце. Разрезать на две части (крупные – на четыре), обмакнуть в масло, посолить, посыпать перцем и обжарить на решетке. Ломтики белого хлеба смазать сливочным маслом и также обжарить на решетке. На готовые тартинки уложить обжаренные грибы.

Тартинки с ветчиной и яйцом по-венгерски

...

40 г сливочного масла, 200 г ветчины, 2 сваренных вкрутую яйца, соль.

Ржаной хлеб нарезать полосками длиной 6–7 см, шириной 1 см. Намазать их с обеих сторон сливочным маслом. Немного подсолить, обвалять в мелко нарезанной или протертой ветчине и мелко рубленных яйцах и подсушить на решетке.

Ветчинные рулетики

...

200 г вареной ветчины, 50 г сыра, 10 г горчицы, 20 мл красного столового вина, 20 г сливочного масла, 40 мл растительного масла, 10 г зелени петрушки.

Ветчину нарезать ломтиками, смазать горчицей, на них уложить ломтики сыра, сверху сбрызнуть красным вином. Свернуть ветчину с сыром в рулетики и закрепить деревянной зубочисткой. Смазать рулетики растительным маслом и обжарить на решетке. Уложить на поджаренные на сливочном масле гренки и украсить мелко нарезанной зеленью петрушки.

Воздушный пирог

...

4 толстых ломтика белого хлеба, 4 ломтика сыра, 250 мл молока или сметаны, 1–2 яйца, соль, перец.

Белый хлеб и сыр расположить слоями в смазанной маслом небольшой форме. Молоко, яйца, специи смешать и влить в форму. Запекать в предварительно прогретом аэрогриле 25 минут при температуре 180 ˚С на средней скорости.

Рулетики с горчицей

...

4 сардельки или сосиски,
8 тонких кусочков сала или бекона,
горчица, плавленый сыр.

Сардельки разрезать пополам сначала поперек, а затем вдоль каждую половинку. Внутреннюю сторону половинок намазать горчицей. Соединить намазанные половинки, положив между ними ломтик плавленого сыра. Завернуть их в тонкие ломтики сала, закрепить деревянными зубочистками. Запекать в аэрогриле на средней и верхней решетках при температуре 260 °С 15 минут (пока сало не станет золотистым) на максимальной скорости.

Жюльен

...

На 6 порционных кокотниц: 200 г грибов, 150 г сыра твердых сортов, 0,5 л сливок, лук репчатый, оливки, зелень, сливочное масло, мука, соль, специи.

Грибы отварить, мелко нарезать, пассеровать в сливочном масле вместе с мелко нарезанными луком и оливками. Дав остыть, добавить сливки, немного муки, натертый на мелкой терке сыр, соль, специи. Тщательно перемешать, распределить по кокотницам (особенно вкусно получается в керамических кокотницах, если же их нет, можно использовать небольшие керамические горшочки без крышек). Кокотницы расставить на решетках, готовить 20 минут при температуре 235 °С, скорость – средняя.

Жюльен с курицей

...

300–400 г куриного мяса, 1 ст. ложка муки, 1 стакан куриного бульона или молока, 2 ст. ложки сливочного масла, сметана, 1 ст. ложка тертого сыра, соль по вкусу.

Мясо курицы нарезать на маленькие кусочки и обжарить в сливочном масле (отварное мясо обжаривать не нужно). Подготовленное мясо сложить в горшочек или кокотницу, посолить, поперчить, залить белым соусом и присыпать сверху тертым сыром.

Приготовление соуса: сначала муку надо подсушить на сковороде, не обжаривая ее, затем добавить сливочное масло и, непрерывно помешивая, слегка обжарить, влить горячий куриный бульон или горячее молоко и, часто помешивая, довести до кипения. Полученный белый соус смешать со сметаной в соотношении 1:1, 1:3 или 3:1 и довести до кипения.

Запекать жюльен при температуре 235 °С на средней скорости 20–25 минут.

Креветки в вине

...

500 г креветок (замороженных), 400 мл белого сухого вина, 1/2 ст. ложки соли.

Креветки промыть чуть теплой водой, ошпарить кипятком. Замочить креветки на 15 минут в соленой воде (на 0,5 литра воды 1/2 столовой ложки соли). Затем воду слить, креветки выложить в стеклянную миску или кастрюльку. Залить креветки белым вином. Готовить креветки на нижней решетке аэрогриля в течение 10 минут при температуре 205 ˚С на высокой скорости.

Горячая закуска с морской капустой «Лагуна»

...

300 г морской капусты, 100 г крабовых палочек, 2 огурца, 1–2 яйца, 100–150 г сыра, майонез.

Свежемороженую капусту припустить в небольшом количестве воды. Яйцо отварить вкрутую. Капусту, крабовые палочки и огурец нарезать тонкой соломкой, яйцо натереть на крупной терке, сыр – на мелкой.

Все ингредиенты уложить слоями в такой последовательности: капуста, крабовые палочки, огурец, яйцо. Каждый слой полить майонезом. Сверху также залить майонезом, посыпать сыром. Готовить на средней решетке в течение 13 минут при температуре 260 ˚С и высокой скорости.

Горячая закуска с помидорами

...

2–3 помидора, 150 г крабовых палочек, 100 г консервированного зеленого горошка, майонез.

Помидоры нарезать полукружьями, крабовые палочки – кусочками.

Помидоры, крабовые палочки и горошек красиво уложить на тарелке. Полить майонезом. Запечь на средней решетке в течение 10 минут при температуре 260 °С и высокой скорости.

Омлет

...

5 яиц, 1 стакан молока, немного сливок или 2 ч. ложки сливочного масла, зелень, соль, специи.

Миксером взбить яйца с молоком, добавить сливки, мелко порубленную зелень, соль, специи. Форму слегка смазать маслом, вылить в нее получившуюся массу.

Аэрогриль прогреть, поставить форму на среднюю решетку. Готовить 20–25 минут при температуре 205 °С, скорость – средняя.

Омлет имбирный со свининой

...

4 яйца, 1 ч. ложка молотого имбиря, 250 г свиного фарша, 1 ст. ложка оливкового масла, 4 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка сахара, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, 1 ст. ложка соевого соуса, 1/2 ч. ложки соли.

Свиной фарш выложить в форму для омлета, смешать с маслом, растертым чесноком и имбирем, на 5–6 минут поместить на нижнюю решетку в аэрогриль при температуре 160 ˚С. Яйца взбить с соевым соусом, сахаром, перцем и солью. Полученную смесь вылить на фарш, перемешать, посыпать зеленым луком. Готовить в течение 8–10 минут при температуре 160 ˚С, скорость – высокая.

Омлет с креветками, грибами и курицей по-японски

...

4 яйца, 150 г куриного белого мяса, 250 г консервированных грибов, 4 крупные креветки без панциря, 120 г рыбного филе, 50 г очищенного жареного арахиса, 1 ст. ложка вишневого ликера, 1 ч. ложка сахара, 1/2 ч. ложки соли.

Яйца взбить с вином, сахаром и солью. Все остальные продукты мелко нарезать и распределить по 4 формочкам, сверху залить яичной смесью. Готовить в течение 15–20 минут при температуре 160 ˚С, скорость – высокая.

Омлет с ветчиной и овощами

...

4 яйца, 100 г ветчины, 1 сладкий перец, 1 помидор, 1 луковица, 1 ст. ложка кетчупа, 1/3 ч. ложки сладкого молотого перца, соль.

Помидор ошпарить кипятком, очистить от кожицы и зерен, мелко нарезать. Перец очистить от семян, нашинковать кольцами толщиной 1–2 мм, так же нарезать лук. Яйца взбить, смешать с мелко нарезанной ветчиной, овощами и приправами. Форму выстлать фольгой, смазать маслом, заполнить приготовленной смесью. Запекать на нижней решетке в течение 15–18 минут при температуре 160 ˚С, скорость – высокая.

Вторые блюда

Люля-кебаб по-турецки

...

120 г баранины, 15 г подсохшего белого хлеба, 1 яйцо, немного молока, 2 зубка чеснока, корица, соль, перец – по вкусу.

Хлеб вымочить в молоке и отжать, мясо пропустить через мясорубку с крупной решеткой и смешать полученный фарш с хлебом. Добавить в фарш яйцо и приправы, сформовать валики (как сардельки), по желанию – обмазать майонезом. Готовить на средней решетке 15–20 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора – высокая.

Запекать люля-кебаб можно в форме или на противне, обернутом фольгой, или в жаршланге, проделав в нем много дырочек.

Баботе

...

500 г баранины, 1 булочка, 1 яйцо, 1 луковица, 1–2 зубка чеснока, 1 ст. ложка кетчупа, 2 ст. ложки измельченного миндаля, 1/2 лимона, 2–3 ст. ложки сливок, сахар, соль.

Мясо пропустить через мясорубку, смешать с размягченной булкой, яйцом, натертым луком и чесноком, миндалем и сливками. Все хорошо перемешать, приправить соком лимона, кетчупом и щепоткой сахара. Форму для выпекания хорошо смазать маслом, положить в нее фарш и поместить в аэрогриль. Запекать 20 минут при температуре 200 ˚С. Отдельно подать вареный рассыпчатый рис и зеленый салат.

Баранина, тушенная с черносливом в горшочке

...

На 4 горшочка: 400 г мякоти баранины, 120 г чернослива без косточек, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки растительного масла, 1 стакан говяжьего бульона, 3 ст. ложки томатной пасты, 50 г маргарина, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка 6 %-ного уксуса, 160 г маринованного лука, зелень петрушки, укропа, корица, гвоздика – по вкусу.

Мясо нарезать кусочками по 50–60 г, посолить и обжарить на маргарине, разложить по горшочкам. Спассеровать мелко нарезанный лук и томатное пюре, распределить по горшочкам, добавить чернослив и все перемешать. За 10–15 минут до готовности добавить к мясу уксус, сахар, толченые корицу и гвоздику, все перемешать. Тушить 30–40 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора – высокая. Подать со сложным овощным гарниром, украсив зеленью и маринованным луком.

Баранина с фасолью и грибами по-итальянски

...

500 г стручковой фасоли, 500 г баранины, 250 г грибов, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки томатной пасты, 4 помидора, 1 яйцо, 1 ч. ложка муки, 1/2 стакана сметаны, 100 г натертого сыра, перец, соль по вкусу.

В посуду сложить мясо, нарезанное кубиками, нашинкованный лук и нарезанные кусочками помидоры, стручки фасоли, разломанные пополам, нарезанные грибы. Добавить томатную пасту, яйцо и сметану, долить немного горячей воды, посолить и поперчить. Все перемешать, сверху посыпать сыром. Запекать в аэрогриле в течение 15 минут при температуре 180 °С.

Баранина с баклажанами

...

500 г баранины, 500 г баклажанов, 3 ст. ложки масла, 2 головки репчатого лука, 3–4 помидора, 2 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, красный перец, соль по вкусу.

Мясо нарезать кусочками, сложить в неглубокую кастрюлю с растопленным маслом, добавить лук, нарезанные кусочками помидоры, поперчить, посолить. Очистить баклажаны, нарезать кусочками и положить в кастрюлю. Запекать в аэрогриле в течение 20 минут при температуре 190 °C. Готовое блюдо посыпать мелко нарезанной петрушкой.

Баранина, запеченная с яйцами

...

500 г баранины, 2 яйца, 1/2 стакана растительного масла, 250 г зеленого лука, 250 г репчатого лука, 300 мл простокваши, 2 ст. ложки муки, 2 стакана мясного бульона, перец, соль по вкусу.

Мясо разрезать на кубики величиной 4х5 см, посолить, обвалять в муке, обжарить. В горшок положить мясо, нарезанный кольцами репчатый лук, мелко нарезанный зеленый лук, залить бульоном, поперчить, посолить и поставить в аэрогриль. Тушить 25 минут при температуре 200 °С. Когда бульон выкипит наполовину, а мясо станет мягким, осторожно добавить яйца, смешанные с подсоленным кислым молоком. Еще на 2 минуты поместить в аэрогриль при температуре 160 °С, чтобы яйца свернулись, и сразу в той же посуде подать на стол.

Баранина с красным вином по-португальски

...

4 бараньи лопатки, 1/2 стакана сухого красного вина, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки винного уксуса или 1 ст. ложка лимонного сока, 3 зубка толченого чеснока, 1 головка репчатого лука, 4 бутона гвоздики, 1/3 ч. ложки молотой гвоздики, 1 ст. ложка смеси пряностей (типа хмели-сунели).

Приготовить маринад, добавив в вино растительное масло, уксус (или лимонный сок), чеснок, нарезанный лук и пряности. Бараньи лопатки залить маринадом, оставить на 4–6 часов. Приготовленное мясо положить на нижнюю подставку в аэрогриль и запекать 10–12 минут при температуре 200 °C.

Баранина с кунжутом

...

4 бараньи отбивные (по 180 г), 2 ч. ложки зерен кунжута, 2 стакана соевого соуса, 1 ч. ложка кетчупа, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка кардамона.

Смешать соевый соус, сахар, кардамон, кетчуп и растительное масло. Полученной смесью обмазать мясо и на 2 часа поставить в холодильник в той посуде, в которой оно будет готовиться (по истечении 1 часа мясо перевернуть в маринаде). Затем поместить мясо в аэрогриль и готовить в течение 15–20 минут при температуре 200 °С.

Грудинка баранья, фаршированная свининой и грибами

...

1 кг бараньей грудинки, 200 г свиного фарша, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, 3 ст. ложки измельченных консервированных шампиньонов, 100 г белого хлеба, 1/2 стакана молока, 1 ч. ложка соли, перец.

Лук мелко нарезать. Белый хлеб намочить в молоке и отжать. Приготовить начинку из свиного фарша, лука, петрушки, грибов и хлеба, все тщательно перемешать до получения однородной массы. Грудинку глубоко надрезать между костью и мясом, посолить изнутри, заполнить начинкой и зашить разрез. Кусок мяса посолить и поперчить сверху. Смазать растительным маслом подставку и поместить на нее мясо. Запекать в аэрогриле в течение 1 часа при температуре 200 °С.

Окорок бараний, тушенный с овощами

...

1 кг бараньего окорока (одним куском), 1 телячья голяшка, 1 головка репчатого лука, 2 моркови, 3 ст. ложки бульона, соль.

Телячью голяшку нарубить небольшими кусками, луковицу разрезать на 4 части, морковь разрезать вдоль на 8 частей. На дно глубокой формы положить куски голяшки, сверху положить баранину, обложив ее по краям морковью и луком, посолить и залить бульоном. Тушить в аэрогриле в течение 1 часа при температуре 200 ˚С.

Шея баранья с картофелем и грибами

...

500 г бараньей шеи, 2 бараньи почки, 500 г картофеля, 2 головки репчатого лука, 100 г грибов, 0,5 л мясного бульона, 4 ст. ложки сливочного масла, перец, соль по вкусу.

Мясо с бараньей шеи нарезать кружками и удалить лишний жир. Картофель нарезать крупно, а лук – мелко. Грибы вымыть и разрезать на половинки. Почки разрезать вдоль, удалить протоки, очень хорошо вымыть. Все продукты уложить слоями в глубокий горшок с толстыми стенками и дном. Картофель следует положить сверху. Каждый слой посолить и поперчить, затем влить растопленное масло и бульон. Тушить в течение 35 минут при температуре 160 ˚С.

Рагу из баранины по-гречески

...

500 г баранины, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки растительного масла, 1 зубок чеснока, 1–2 ст. ложки томатной пасты, 0,5 л белого вина, 25 маслин, 2 ст. ложки муки, 1/2 ч. ложки тимьяна, 1 лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, добавить слегка обжаренный в масле лук и чеснок, растертый с солью. Все залить вином так, чтобы оно покрыло мясо, добавить томатную пасту, тимьян и лавровый лист. Тушить в аэрогриле в течение 15 минут при температуре 180 °С. Перед подачей соус заправить мукой, добавить маслины и дать настояться 5 минут. Подать на подогретых тарелках, натертых чесноком.

Свинина под соусом «Шардон»

...

500 г постной свинины, 150 г пикулей, 2 зубка чеснока, 2 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки сахара, 2–3 ст. ложки суповой зелени, 1 ч. ложка крахмала, 1 ст. ложка муки, 1/2 ч. ложки соли, 1/2 ч. ложки перца, 4 ст. ложки воды, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка кетчупа.

Мясо нарезать кусками.

Для приготовления соуса взять 2 столовые ложки растительного масла, разогреть его в сковороде, добавить толченый чеснок, слегка обжарить и снять с огня. Затем добавить лимонный сок, сахар, суповую зелень, разведенный крахмал, измельченные пикули, перец; соус вскипятить. Мясо уложить на блюдо, залить соусом. Готовить в течение 10–12 минут при температуре 180 °С и высокой скорости вентилятора.

Свинина маринованная по-венесуэльски

...

1,5 кг свиного окорока (одним куском), 2 головки репчатого лука, 3 зубка чеснока, 1/3 ч. ложки молотого перца, 2 ст. ложки оливкового масла, 3 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 120 г консервированного сладкого перца (без жидкости).

Мясо положить в небольшую посуду. Смешать все составляющие, полученной смесью покрыть мясо и на 2 часа поставить его в холодильник. Подготовленное мясо положить на нижнюю подставку в аэрогриль и запекать в течение 10–12 минут при температуре 240 ˚С и высокой скорости вентилятора.

Жареная свинина с миндалем

...

1 ст. ложка горчицы, 1 ст. ложка жженого сахара, 500–600 г свиных ребрышек, 2 ст. ложки измельченных миндальных орехов, соль и перец по вкусу.

Смешать горчицу с сахаром и обвалять свиные ребрышки в этой смеси. Обжарить ребра равномерно со всех сторон примерно 12 минут (на средней решетке, средней скорости, при температуре 235 ˚С). Посыпать миндальными орехами, посолить и поперчить. Готовить на средней решетке при температуре 260 ˚С 25 минут. Скорость вентилятора – высокая.

Филе свиное, тушенное с яблоками

...

400 г свинины, 40 г жира, 100 г лука, 60 г яблок, 20 г муки, тмин или майоран, соль по вкусу.

Мякоть свинины (крупный кусок) вымыть, обсушить, посолить, запанировать в муке и обжарить со всех сторон в сильно разогретом жире. Затем переложить мясо в форму для запекания или противень, влить жир, который остался от жарения, посыпать тмином или майораном, добавить немного бульона и тушить 15 минут. Положить нарезанный кольцами лук и нашинкованные яблоки и тушить все вместе до готовности.

Готовить при температуре 235 °С, скорость средняя, время приготовления 30 минут (15 без яблок и 15 с яблоками).

Ножки свиные, тушенные с кислой капустой

...

4 свиные ножки, 400 г очищенного зеленого горошка, 1 кг квашеной капусты, 1 головка репчатого лука, 5–6 ягод можжевельника, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка майорана, 2 стакана воды, соль.

Горох замочить на ночь, затем промыть, добавить майоран и соль и отварить в 1 стакане воды в течение 20 минут при температуре 200 °С. Затем горох извлечь из аэрогриля и протереть сквозь сито. Свиные ножки залить 1 стаканом воды, добавить лук, лавровый лист, ягоды можжевельника и поместить в аэрогриль. Готовить в течение 20 минут при температуре 200 °С. Затем приподнять свиные ножки, на дно кастрюли положить квашеную капусту и вновь поместить в аэрогриль на 25 минут при температуре 180 °С. Протертый горох выложить на блюдо вместе со свиными ножками и тушеной капустой. Отдельно подать отварной картофель и горчицу.

Свиные ножки с горохом

...

4 свиные ножки, 1/2 стакана гороха, 3 моркови, 1 головка репчатого лука, 3–4 лавровых листа, 2 ст. ложки нарезанной петрушки, несколько горошин черного перца, 1 ч. ложка соли.

Горох замочить на ночь. Обработанные ножки положить в кастрюлю с холодной водой, добавить лук, морковь, петрушку, лавровый лист, перец и соль и 30–40 минут варить при температуре 160 ˚С. У сваренных ножек отделить кости, мясо нарезать на порции, добавить горох, залить оставшимся соусом и готовить еще 20 минут при температуре 180 ˚С.

Свиные ребрышки с апельсином

...

1,2 кг свиных ребрышек, 2 апельсина, 2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка овощного соуса, 1 ст. ложка соевого соуса, соль, перец – по вкусу.

Разрезать ребрышки на порции.

Приготовить маринад: на самой мелкой терке натереть цедру одного апельсина и ссыпать ее в кастрюлю. Туда же выжать сок из двух апельсинов и добавить мед, лимонный сок, овощной и соевый соус. Довести до кипения на медленном огне. Периодически помешивая, кипятить 10 минут. Затем хорошо остудить. Вылить маринад на ребрышки, накрыть крышкой и поставить в холодильник как минимум на 4 часа.

Режим приготовления: 10 минут – 400 °С – высокая скорость; 15 минут – 350 °С – высокая скорость. Каждые пять минут поливать ребрышки маринадом.

Свиные ребрышки, тушенные с яблоками и кислой капустой

...

500 г свиных ребрышек, 750 г квашеной капусты, 1 яблоко, 1 головка репчатого лука, 3–5 ягод можжевельника, 1/3 ч. ложки тмина, 1 стакан белого вина, 1/2 стакана воды, соль.

Мясо залить водой и варить в течение 10 минут при температуре 180 °С и высокой скорости вентилятора. Квашеную капусту смешать с очищенным и нарезанным яблоком, ягодами можжевельника и нашинкованным луком. Полученную смесь добавить к мясу и тушить все вместе еще 15 минут при температуре 160 °С. Жидкость должна почти полностью выкипеть, вместо нее влить белое вино. Отдельно подать отварной картофель.

Говядина, тушенная с картофелем и сладким перцем

...

250 г говядины, 250 г вареного картофеля, 3 стручка сладкого перца, 2 ст. ложки томата-пасты, 1 лимон, сахар, перец и соль по вкусу.

Говядину нарезать кубиками, обжарить. Нарезанный кубиками картофель, нарезанные стручки сладкого перца и томат-пасту добавить к мясу, все вместе поставить в аэрогриль на 10 минут при температуре 180 °С. Приправить соком лимона и сахаром, посолить и поперчить. Подать с белым хлебом.

Телятина жареная с соусом из яблок и брусники

...

1,5 кг телятины, 1 ст. ложка масла, 500 г брусники (или клюквы), 750 г яблок, 1 ст. сахара.

Мясо натереть солью, поместить на высокую подставку, обмазать маслом и жарить в течение 20 минут при температуре 200 °С. Готовую телятину нарезать тонкими ломтями, залить оставшимся соком. Подать в горячем или холодном виде. К мясу подать соус из яблок и брусники (клюквы).

Для приготовления соуса бруснику припустить в небольшом количестве воды, отцедить воду, протереть бруснику через дуршлаг. В полученное пюре добавить сахар, вскипятить, положить яблоки, нарезанные на четвертинки и очищенные от семян. Когда яблоки станут мягкими, соус остудить и подать холодным.

Телятина по-дижонски

...

4 телячьи отбивные, 1,5 ст. ложки сладкой готовой горчицы, 1/2 стакана красного виноградного вина, 1,5 ст. ложки оливкового масла, 1,5 зубка чеснока, 1/2 ч. ложки приправы, 1/3 ч. ложки молотого перца, соль.

Приготовить маринад из вина, горчицы, оливкового масла, растертого чеснока и приправ. Отбивные положить в широкую посуду одним слоем и залить маринадом, оставить на полчаса. Затем отбивные поместить на нижнюю подставку и жарить в течение 10–15 минут при температуре 200 °С и средней скорости вентилятора.

Телятина под вишневым соусом

...

1,5 кг телятины, 400 г вишен, 150 г масла, 2 ст. ложки муки, 1/2 стакана вишневого сока, 1 стакан воды, 1/2 ч. ложки корицы, перец и соль по вкусу.

В крупном куске телятины вдоль волокон сделать глубокие проколы ножом, нашпиговать вишнями без косточек и посолить. В посуду положить телятину, полить маслом, посыпать корицей, добавить вишневый сок, воду, спассерованную муку и поместить в аэрогриль на 15 минут при температуре 220 °С. Готовую телятину нарезать на порции и подать со свежими овощами, полив соусом, в котором она тушилась.

Телятина фаршированная

...

1 кг телятины (грудинки), 100 г жирного свиного фарша, 200 г жареной телячьей печени, 1 яйцо, 2 ст. ложки измельченных консервированных грибов, 1 ст. ложка мелко нарезанного лука, 100 г белого хлеба, 1/2 стакана молока, мускатный орех, перец и соль по вкусу.

Белый хлеб намочить в молоке и отжать. В свиной фарш добавить хлеб, мелко нарезанную печень, лук, яйцо и грибы, все перемешать до получения однородной массы.

Грудинку глубоко надрезать между костью и мясом, посолить и поперчить изнутри, наполнить приготовленной массой и зашить. Сверху посолить и посыпать тертым мускатным орехом, уложить на смазанную растительным маслом поверхность; запекать в турбопечи в течение 1 часа при температуре 200 ˚С.

Грудинка говяжья в маринаде

...

1 кг говяжьей грудинки, 0,5 л воды, 1/2 ст. ложки сока лимона или яблочного уксуса, по 1 ст. ложке мелко нарезанного лука, зелени укропа, петрушки и кинзы, 1/2 ст. ложки молотого перца, 1/2 ст. ложки соли.

В холодную кипяченую воду добавить все составляющие для маринада и на 3–4 часа положить в него грудинку. Вынуть из маринада, обсушить салфеткой и смазать растительным маслом. Смазать маслом подставку, на которую поместить мясо. Запекать в течение 1,5 часа при температуре 200 °С. Грудинку можно сразу нарезать на отдельные порции. В таком случае время приготовления следует уменьшить до 10 минут.

Грудинка телячья, шпигованная черносливом и морковью

...

1 кг телячьей грудинки, 50 г замороженного сала, 50 г моркови, 5–6 чернослив без косточек, 1/3 ч. ложки корицы, 1/3 ч. ложки перца, соль.

Сало, чернослив и морковь нарезать брусочками. Грудинку равномерно нашпиговать, чередуя морковь, сало и чернослив. Мясо смазать растительным маслом, посолить, поперчить, посыпать корицей и поставить на холод на 1–2 часа. В плоскую форму налить воды слоем в 1 см, положить грудинку и поставить в аэрогриль. Запекать в течение 1 часа при температуре 200 °С.

Грудинка телячья, фаршированная миндалем и зеленью

...

750 г телячьей грудинки, 100 г белого хлеба, 2 яйца, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки натертого миндаля, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка коньяка, 1 лимон, 2 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, 4 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст. ложки сливок, листья зеленого салата, перец, соль по вкусу.

Грудинку обмыть, посолить, нижнюю, более широкую, часть осторожно срезать с костей так, чтобы получился карман. Половину количества масла взбить с яйцами, добавить размоченный в молоке и отжатый белый хлеб, натертый миндаль и мелко нарезанную зелень петрушки. Приправить солью, перцем и соком лимона. При желании массу можно сделать более густой, добавив панировочные сухари, или, наоборот, если нужно, разбавить молоком. Полученной массой наполнить карман, но не слишком плотно. Грудинку зашить и поместить в аэрогриль. Запекать в течение 20 минут при температуре 200 °С.

Из готового мяса удалить нитки, а жаркому дать постоять некоторое время. Затем разрезать мясо на ломтики в палец толщиной и выложить на подогретое блюдо. Украсить кружочками лимона и листьями зеленого салата. В соус, оставшийся от жарения, добавить немного муки, влить 1 столовую ложку коньяка, добавить 1 столовую ложку сливочного масла, сливки, приправить солью и перцем. В качестве гарнира подать тушенные в масле овощи.

Отбивные из свинины в соевом соусе

...

4 свиные отбивные, 2 ст. ложки соевого соуса, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка мелко нарезанного репчатого лука, по 1 ч. ложке мелко нарезанной зелени сельдерея и розмарина, перец и соль по вкусу.

Отбивные натереть солью и перцем, посыпать мелко нарезанным луком, залить соевым соусом и лимонным соком. Все хорошо перемешать и оставить на 3–4 часа. Луковицу разрезать на кольца толщиной 0,5 см, обжарить в масле с двух сторон на сильном огне. Отбивные уложить на сковороду вместе с маринадом, сверху положить по два колечка поджаренного лука и поместить в аэрогриль. Запекать в течение 15 минут при температуре 200 °С. Готовые отбивные украсить зеленью.

Рулетики из свинины, запеченные в сухарях

...

600 г свинины, 1 яйцо, 1 ст. ложка молока, 4 ст. ложки молотых сухарей, перец и соль по вкусу.

Мясо разделить на 4 порции, хорошенько отбить, посолить и поперчить, сложить стопкой и оставить на 1–2 часа. Яйцо влить в молоко и тщательно взбить. Каждую отбивную обмакнуть в эту смесь, свернуть в тугие рулетики и обвалять в сухарях. Сковороду или плоскую форму смазать маслом, уложить в нее рулетики так, чтобы они не касались друг друга, и поместить в аэрогриль. Запекать в течение 15 минут при температуре 200 °С.

Бараньи отбивные по-таджикски

...

1 кг баранины (или говядины), 2 ст. ложки 3 %-ного уксуса, 5 яиц, 4 ст. ложки муки, 4 головки репчатого лука, 100 г топленого жира, 50 г сливочного масла или маргарина, 50 г зелени петрушки и укропа, перец, соль по вкусу.

Мясо нарезать на порции, отбить, мариновать в течение 6–8 часов с добавлением мелко нарезанного лука, уксуса и специй. Перед жарением порционный кусок смочить в яйце, запанировать в муке (повторить дважды) и положить в сковороду с небольшим количеством жира. Поместить в аэрогриль на высокую подставку. Жарить в течение 5–7 минут при температуре 220 °С. Готовые отбивные полить жиром. Отдельно подать жареный картофель и зелень.

Шницель свиной

...

400 г свинины (спинной, поясничной, почечной части или внутренней части задней ноги), 1 яйцо, 3 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 ст. ложки растительного масла, специи.

Сковороду или тарелку смазать маслом при помощи кисточки. Прогреть. Мясо нарезать поперек волокон на 4 куска толщиной 1,5 см. Отбить, посыпать специями. Яйцо взбить. Мясо обмакнуть в яйцо, обвалять в сухарях. Поджарить на средней решетке в течение 15 минут при температуре 260 °C и высокой скорости. Перевернуть и жарить еще в течение 5 минут при температуре 260 °C и средней скорости.

Шницель из телятины со шпинатом по-тоскански

...

4 тонких ломтика телятины, 4 ломтика сырого окорока, 4 ломтика сыра, 400 г шпината, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка горчицы, 2 ст. ложки сливочного масла, мускатный орех на кончике ножа, перец, соль.

Шпинат очистить, дать стечь воде и приправить мелко нарезанным чесноком, солью и перцем. Посуду из огнеупорного стекла смазать маслом и распределить в ней 4 порции шпината. В середине каждой порции сделать углубление и вложить по кусочку сливочного масла. Посолить, поперчить, добавить немного мускатного ореха. Телячьи шницели посолить, намазать горчицей, каждый шницель выложить на порцию шпината. Подготовленное блюдо на высокой подставке поместить в аэрогриль. Запекать в течение 8 минут при температуре 200 ˚С. После этого открыть крышку, на шницели положить по ломтику окорока и сыра и запекать еще 3–5 минут при температуре 200 ˚С. Отдельно подать жареный картофель, или картофельное пюре, или рис.

Бифштексы рубленые

...

500 г говядины, 200 г свинины, 1 головка репчатого лука, 1 яйцо, соль, перец, приправы.

Мясо пропустить через мясорубку, лук мелко нарезать и добавить в фарш. Отделить желток от белка, желток замешать в фарш, а белок взбить в крутую пену. Осторожно, ложкой, перемешать фарш и белок до получения однородной массы.

Среднюю решетку обтянуть фольгой и проделать в ней дырочки шампуром, на фольгу положить бифштексы. Запекать на средней решетке при температуре 235 °С, на средней скорости, 20–25 минут, при желании смазать бифштексы майонезом.

Купаты тушеные с соусом

...

0,5 кг купатов, 2 ст. ложки томатного соуса, 2 зубка чеснока, соль и специи – по вкусу.

Предварительно приготовить купаты или использовать уже готовые в виде полуфабрикатов (заморозка). Если купаты заморожены, разморозить в аэрогриле.

Купаты обжарить в течение 15 минут на предварительно смазанной растительным маслом верхней решетке аэрогриля при температуре 260 °С. Скорость – высокая. Затем поместить обжаренные купаты в горшочки, посолить, добавить чеснок, томатный соус и специи по вкусу. Тушить 15 минут при том же режиме.

Оладьи из рыбы

...

0,5 кг рыбы (филе), 2 головки репчатого лука, соль, перец, специи – по вкусу.

Для теста: *1 стакан кефира, 1/2 ч. ложки соды, 2 яйца, мука, растительное масло.*

Рыбу мелко нарезать, лук репчатый измельчить, смешать, добавить соль, перец по вкусу. Можно добавить по 1 столовой ложке уксуса и растительного масла. Поставить на холод на 15 минут.

Приготовить тесто: взбить яйца, добавить кефир и соду, всыпать муку. Тесто должно быть густоты сметаны. Тесто перемешать с рыбой.

В сковороду налить растительное масло, прогреть вместе с аэрогрилем. Столовой ложкой выкладывать оладьи на сковороду. Выпекать при температуре 260 °С на максимальной скорости 6 минут с одной стороны и 6 минут – с другой.

Фаршированная говяжья вырезка по-австралийски

...

1 кг говяжьей вырезки, 300 г грибов, 3 ст. ложки консервированных или отваренных устриц или мидий, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки майонеза, 1/2 ч. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 ч. ложки натертой цедры лимона, 1 яйцо, черный перец, красный перец, соль – по вкусу.

Нарезанные грибы слегка обжарить в масле, добавить молотые сухари, петрушку, цедру лимона, взбитое яйцо, устрицы или мидии. Начинку сильно поперчить и перемешать. Вырезку надрезать в виде кармана, наполнить начинкой, края крепко зашить. Мясо густо смазать майонезом, положить в мелкую посуду. Запекать в течение 25–30 минут при температуре 200 °С. В качестве гарнира подать картофель и салат из свежих овощей.

Биточки, запеченные с хреном и горчицей

...

500 г говядины, 2 головки репчатого лука, 1/3 стакана воды, 1/2 яйца, 100 г хрена, 1 ст. ложка готовой горчицы, 2 ст. ложки топленого масла, 1/2 стакана бульона, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки молотых сухарей, 1 ст. ложка мелко нарезанной петрушки, перец, соль – по вкусу.

Мясо пропустить два раза через мясорубку, добавить мелко нарезанный репчатый лук, яйцо, перец, соль, воду, хорошо взбить и сформовать биточки. Смазать их смесью мелко натертого хрена и горчицы, обвалять в сухарях, выложить в смазанную топленым маслом форму, сверху на каждый биточек положить по кусочку сливочного масла. Поместить на высокую подставку и запекать в течение 5–7 минут при температуре 220 °С. Готовое блюдо посыпать петрушкой. Отдельно подать отварной картофель, тертый хрен, малосольные огурцы.

Свиные отбивные с чесноком

...

500 г свинины, 4 зубка чеснока, 1 ч. ложка сахара, 2 ст. ложки топленого масла, по 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки и укропа, 2–3 головки репчатого лука, перец, соль – по вкусу.

Свинину слегка отбить, нарезать на порции, натереть сахаром и толченым чесноком, посолить и поперчить. Положить на сковороду с растопленным маслом, на середину сковороды положить крупно нарезанные кольца репчатого лука. Жарить на высокой подставке в течение 5 минут при температуре 220 °С. Подать, посыпав зеленью.

Котлеты «Кубаночка»

...

500 г говядины или свинины, 4 головки репчатого лука, 3 ст. ложки топленого жира, 50 г очищенных грецких орехов, 50 г сыра, 1 яйцо, 2 ст. ложки зелени петрушки и укропа, 6 ст. ложек молотых сухарей или хлебных крошек, перец, соль – по вкусу.

Мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить обжаренный лук и второй раз пропустить через мясорубку. Массу перемешать и разделать на порции в виде лепешек. На середину каждой лепешки положить фарш из обжаренных орехов, натертого сыра и мелко порубленного сваренного вкрутую яйца, добавить зелень, завернуть и защипать края лепешек, запанировать в молотых сухарях или хлебных крошках. Поместить на высокую подставку. Жарить в течение 5–7 минут при температуре 200 ˚С.

Бараньи котлеты с мятой

...

4 бараньи котлеты, 4 половинки сарделек, 4 листика мяты, 1 крупный помидор, 4 зубка чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, соль – по вкусу.

Котлеты нашпиговать листиками мяты, посолить, на каждую сверху положить половинку сардельки, сняв с нее кожицу, и ломтик помидора, посыпать тертым чесноком и скрепить котлету спичкой. Подготовленные таким образом бараньи котлеты положить на сковороду с растительным маслом, поставить на высокую подставку и поместить в аэрогриль. Жарить 5–7 минут при температуре 220 °С. К готовому блюду подать отварную фасоль.

Кебапчета

...

500 г мяса (одна часть говядины и две части свинины или баранины), 4 г перца, соль – по вкусу.

Мясо провернуть через мясорубку, сильно поперчить, слегка посолить и перемешать. Сформовать из фарша колбаски 2,5 см толщиной и 5 см длиной и жарить на решетке гриля при температуре 200 ˚С в течение 5–7 минут.

Чанахи

...

500 г баранины, 750 г картофеля, 200 г помидоров, 300 г баклажанов, 200 г стручков зеленой фасоли, 1 головка репчатого лука, зелень петрушки или кинзы, перец, соль по вкусу.

Баранину обмыть и нарезать небольшими кусками, положить в глиняный горшок (или в 4 порционных горшочка). Туда же добавить мелко нарезанный лук, очищенный и нарезанный ломтиками картофель, нарезанные половинками помидоры, очищенные от прожилок и мелко нарезанные стручки фасоли, нарезанные кубиками баклажаны, зелень петрушки или кинзы. Все это посолить, поперчить и залить двумя стаканами воды. Тушить в аэрогриле в течение 25 минут при температуре 200 °С. Готовое блюдо подать в той же посуде, в которой его готовили.

Польские рулеты

...

1 кг свиной вырезки, 300 г сала, чеснок, соль, молотый перец.

Мясо тонко нарезать и отбить. Сало пропустить через мясорубку вместе с чесноком, добавить соль, перец, перемешать. Намазать фарш на кусочки мяса, скатать в трубочки и перевязать нитками (можно заколоть зубочисткой). Обмазать рулетики майонезом. Готовить рулетики на средней решетке 20–25 минут при температуре 260 °С, скорость вентилятора – средняя (высокая скорость – более зажаристые рулеты).

Батон, фаршированный мясом и грибами

...

1 пшеничный батон, 500 г мясного фарша или постной колбасы, 200 г грибов, 100 г шпига, 1/2 стакана сливок, 1 яйцо, 100 г томатной пасты, 100 г натертого сыра, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, перец, соль – по вкусу.

С батона срезать верхнюю корку, вынуть мякиш так, чтобы остался слой хлеба толщиной в два пальца. Половину вынутого мякиша залить сливками и томатной пастой. Шпиг мелко нарезать, обжарить, добавить нарезанные грибы, лук, мясной фарш или мелко нарезанную колбасу и слегка обжарить все вместе. Размоченный мякиш хлеба смешать с обжаренными продуктами, добавить яйцо, перец, соль и зелень.

Массу перемешать, заполнить ею батон, поместить его на противень, сбрызнуть растопленным маслом и посыпать сыром. Запекать в течение 15–20 минут при температуре 180 ˚С. Фаршированный батон подать горячим. Украсить ломтиками помидора, огурца и красного сладкого перца.

Батоны мясные

...

250 г свинины, 250 г говядины, 250 г белокочанной капусты, 150 г моркови, 100 г лука, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка натертой лимонной цедры, 1 ст. ложка сахара, 4 ст. ложки молотых сухарей, душистый молотый перец, черный молотый перец, соль по вкусу.

Мясо свинины пропустить через мясорубку вместе с белокочанной капустой, морковью и репчатым луком. Добавить цедру лимона, специи, соль и сахар, мелко рубленную говядину и муку, все хорошо перемешать. Разделать фарш в виде продолговатых батонов, обвалять их в панировочных сухарях, сверху положить кусочки сливочного масла. На смазанном маслом противне разместить батоны на расстоянии 5 см друг от друга. Запекать в турбопечи в течение 10–15 минут при температуре 200 °С. Отдельно подать зеленый салат или салат из помидоров и огурцов.

«Хлеб» мясной с беконом

...

800 г постного говяжьего фарша, 300 г бекона, 2 яйца, 6 ст. ложек овсяных хлопьев, 150 г томатной пасты, 3 ст. ложки кисло-сладкого кетчупа, 1 ст. ложка соевого соуса, 3 ст. ложки мелко нарезанного лука, 2 зубка чеснока, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка молотого перца, 1 ч. ложка соли.

Все составляющие тщательно перемешать, предварительно растерев чеснок с солью. Смазать одну или две формы растительным маслом и заполнить приготовленной массой на 1/2 высоты. Поместить в аэрогриль и запекать в течение 1 часа в умеренном режиме при температуре 180 °С, если мясо запекается в одной форме. Если используются две формы, то время запекания составляет 40 минут.

«Хлеб» из индейки и свинины

...

400 г фарша из мяса индейки, 400 г свиного фарша, 2 яйца, 6 ст. ложек лечо, 2 ст. ложки кетчупа, 1 зубок чеснока, 3 ст. ложки зерен консервированной кукурузы, 3 ст. ложки зеленого горошка, 1 головка репчатого лука, 100 г консервированных фруктов без сока (ананасы, персики и т. д.), 1/2 ч. ложки молотого перца, 1 ч. ложка сахара, 1/2 ч. ложки соли.

Лук мелко нарезать, чеснок растереть с солью. Смешать и тщательно растереть все составляющие, кроме консервированных фруктов. Форму для запекания смазать растительным маслом и на 1/2 высоты заполнить полученной массой. Мокрой ложкой сделать небольшие вмятины в верхнем слое и уложить в них кусочки фруктов. Запекать в турбопечи в течение 1 часа при температуре 180 °С. Если блюдо приготавливается в двух формах, то время запекания следует уменьшить до 40 минут.

Жаркое с айвой

...

350 г баранины, 600 г айвы, 2 луковицы, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука или кинзы, перец, соль по вкусу.

Жирную баранину нарезать мелкими кусочками, лук нашинковать кольцами, смешать с мясом, посолить, поперчить, заправить зеленью и все перемешать. Айву, удалив сердцевину, нарезать дольками. На дно кастрюли положить дольки айвы, сверху – мясо с зеленью, добавить немного воды и тушить в аэрогриле в течение 10 минут при температуре 180 °С. При подаче посыпать зеленым луком или зеленью кинзы.

Жаркое из свинины с орехами и грибами

...

250 г свинины, 250 г очищенных грецких орехов, 50 г грибов, 500 г помидоров, 2 головки репчатого лука, 2 зубка чеснока, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 2 стручка острого перца, 2 ст. ложки измельченной петрушки, 1/2 лимона, перец, соль по вкусу.

Мясо нарезать кубиками. Репчатый лук и чеснок мелко нарезать и обжарить в масле. Помидоры облить кипятком и снять с них кожицу. Грибы нарезать тонкими дольками, добавить лук, петрушку, нарезанный кусочками перец. Овощи, лук и чеснок смешать с мясом, поперчить, посолить и тушить в течение 10 минут при температуре 180 °С. Орехи залить кипятком на 10 минут. Затем воду слить, орехи обсушить и порубить. Готовое жаркое смешать с орехами. Мясо и овощи переложить в подогретое глубокое блюдо и украсить полосками омлета (крест-накрест). Посыпать зеленью и полить соком лимона.

Свинина по-королевски

...

4 порционных куска свинины средней жирности, сыр, помидоры, красный сладкий перец, чеснок, консервированные шампиньоны, соль, специи, уксус.

Мясо слегка отбить, натереть солью и специями, слегка сбрызнуть уксусом. На каждый кусок мяса выложить ломтик помидора, нарезанные консервированные шампиньоны, кольца сладкого перца. Полить майонезом, смешанным с измельченным чесноком, рубленой зеленью. Сверху щедро посыпать тертым сыром.

Подготовленное мясо выложить на среднюю решетку. Готовить 25 минут при температуре 235 ˚С, скорость – средняя.

Свинина по-французски

...

500 г свинины (филе), 150 г майонеза, 100 г тертого сыра, 2 головки репчатого лука, 1 ч. ложка растительного масла, соль и специи – по вкусу.

Филе свинины нарезать небольшими кусочками, выложить на предварительно смазанный растительным маслом противень, посолить, добавить специи. Лук нарезать кольцами, положить сверху на мясо и полить майонезом. Натереть сыр на крупной терке и посыпать им мясо. Запекать в течение 35 минут на средней решетке аэрогриля при температуре 260 ˚С. Скорость – высокая.

Мясное рагу по-марокканski

...

500 г баранины, 100 г куриного мяса, 3 сосиски, 1 баранья почка, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан воды, 2 головки репчатого лука, 250 г моркови, 2 помидора, 1 свежий огурец, 200 г белокочанной капусты, 150 г сухого зеленого гороха, 1 ч. ложка соли, черный и красный молотый перец – по вкусу.

Горох замочить на ночь. Лук нарезать и обжарить в масле. Почку хорошо промыть, ошпарить кипятком, нарезать мелкими ломтиками, так же как и сосиски, сложить их в посуду, добавить нарезанное кубиками мясо, горох, лук и остальные овощи, предварительно вымыв и нарезав их. Все приправить специями, долить воду и поместить в аэрогриль. Тушить в течение 10 минут при температуре 180 ˚С.

Говядина с цикорием, яблоками и изюмом по-фламандски

...

250 г говядины, 500 г цикория, 500 г яблок, 1 ст. ложка изюма, 1 стакан белого вина, 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка сливочного масла.

Яблоки очистить, нарезать дольками, смешать с изюмом и выложить в смазанную маслом форму. Второй слой выложить из предварительно нарезанного тонкими дольками цикория, полить вином, сверху положить ломтики мяса, сбрызнуть их медом, разведенным в небольшом количестве воды. Поместить в аэрогриль на высокую подставку. Запекать в течение 5–7 минут при температуре 220 °С.

Мясной фарш, запеченный с рублеными овощами

...

400 г говядины, 125 г шпига, 2–3 пера лука-порея, 250 г моркови, 2 баклажана, 150 г сельдерея, 100 г грибов, 2 стакана картофельного пюре, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, перец, соль – по вкусу.

Мясо, грибы и овощи (кроме баклажанов) пропустить через мясорубку, посолить и поперчить. Баклажаны ошпарить кипятком и снять с них кожицу. В смазанную жиром форму на дно положить картофельное пюре, на него – фарш из мяса и овощей, затем – нарезанные тонкими ломтиками баклажаны, сверху положить кубики шпига. Все посыпать сухарями, сверху разложить кусочки сливочного масла. Заполненную таким образом форму поместить на высокую решетку. Запекать при температуре 160 ˚С в течение 15 минут.

Мясо, тушенное с орехами и крыжовником

...

800 г мяса, 100 г очищенных грецких орехов, 100 г крыжовника, 1 ст. ложка молотого красного перца, 1 головка репчатого лука, 1 ч. ложка натертой цедры лимона, соль.

Мясо нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, добавить перец, измельченные орехи, цедру, крыжовник, мелко нарезанный лук, посолить по вкусу. Тушить в течение 20 минут при температуре 200 °С. Перед подачей положить сметану. Можно добавить томатную пасту, ломтики огурцов. Отдельно подать отварной картофель.

Мясо, запеченное с рисом и овощами, по-перуански

...

400 г телятины или свинины, 500 г белокочанной капусты, 1 головка репчатого лука, 2 стручка сладкого перца, 200 г шампиньонов, 1 зубок чеснока, 1 ч. ложка красного молотого перца, 2 стакана мясного бульона, 2 стакана риса.

Мясо разрезать на кубики величиной 2х2 см. Мелко нарезать лук и чеснок, капусту нашинковать тонкими полосками. Из стручков перца удалить сердцевину, нарезать их кольцами. Грибы очистить и разрезать пополам. Все эти овощи и грибы добавить к мясу, залить мясным бульоном, добавить рис, сваренный до полуготовности, поперчить и посолить. Запекать в течение 10 минут при температуре 160 °С.

Мясо, запеченное под майонезом

...

500 г отварной говядины или жареной свинины, 5 головок репчатого лука, 1/2 стакана майонеза, 2 ст. ложки нарезанной зелени укропа, 1 ст. ложка мелко нарезанной петрушки, соль во вкусу.

Мясо нарезать ломтиками, уложить на смазанную маслом сковороду, посыпать зеленью петрушки и укропа, нашинкованным репчатым луком, залить майонезом. Запекать в турбопечи в течение 5 мин при температуре 160 °С. Подать в горячем виде, украсив веточками петрушки.

Запеканка пастушья

...

300 г баранины, 2 стакана бульона, 3 желтка, 600 г картофельного пюре, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки мелко нарезанного репчатого лука, 3 ст. ложки мелко нарезанного сельдерея, 2 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, 1 зубок чеснока, 1/2 ч. ложки молотого черного перца, соль.

Лук и сельдерей обжарить в масле, добавить растертый чеснок, нарезанную маленькими кубиками баранину и петрушку, влить бульон, все поперчить и посолить. Смешать картофельное пюре с яичными желтками и выложить слоем в 2–3 см в смазанную жиром форму, сверху положить мясную начинку, на нее – снова картофельную массу. Выпекать в аэрогриле в течение 8 минут при температуре 160 °С.

Курица на пиве с картофелем

...

1 курица (1,5 кг), 100 мл пива, 5–7 картофелин среднего размера, соль, приправы, майонез.

В мисочке смешать майонез со специями. По желанию можно добавить чеснок. Выпотрошенную курицу помыть и намазать приготовленной смесью.

В колбу налить полстакана пива. Поставить на нижнюю решетку. На решетку положить подготовленную курицу. Для того чтобы курица лучше пропеклась, ее надо укладывать грудкой вниз. Рядом с курицей на решетке разложить картофель, вымытый и намазанный той же смесью майонеза со специями. Запекать 40 минут при температуре 260 °С на высокой скорости. Если хотите, можно потом перевернуть курицу и готовить еще 10 минут для образования более румяной корочки.

Цыпленок, тушенный в вине, с шампиньонами

...

1–2 небольших цыпленка, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г шпига, 8 луковиц, 125 г шампиньонов, 2 ст. ложки коньяка, 0,5 л красного вина, 3–4 стебелька тимьяна, 1 лавровый лист, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка муки, перец, соль по вкусу.

Подготовленные тушки разделить каждую на 4 части и обжарить в масле. К мясу добавить нарезанный кубиками шпиг, мелко рубленный лук, мелко нарезанные грибы и раздавленный чеснок. Затем влить коньяк, посыпать мукой, добавить лавровый лист, тимьян. Все хорошо перемешать, влить красное вино, поперчить и посолить. Тушить в течение 10 минут при температуре 160 ˚С.

Курица, тушенная в собственном соку

...

1 курица, 1 головка репчатого лука, лавровый лист, черный перец и соль – по вкусу.

Курицу нарезать на небольшие порционные куски, натереть солью и перцем. На дно горшочка положить лавровый лист, черный перец горошком и четвертинку очищенной луковицы. Кусочки курицы выкладывать плотно друг к другу. Между ними класть лавровый лист и лук. Горшочек не следует наполнять до краев, иначе жидкость будет выливаться в колбу. После укладки горшочек закрыть крышкой и поставить томиться. Время приготовления 40–50 минут. Температура приготовления первые 20 минут 205 °С, потом можно довести до 235 °С. Скорость – высокая. Если жидкость все же будет выливаться, крышку слегка приоткрыть, но не снимать.

Куриное филе, запеченное в фольге

...

500 г куриного мяса, 1 ст. ложка десертного вина или ликера, 1 ч. ложка сахара, 2 ч. ложки крахмала, 1/3 ч. ложки молотого перца, 2 зубка чеснока, 3 ст. ложки соевого соуса, 1 морковь, 50 г свежих или консервированных грибов, по 3 ст. ложки соцветий цветной капусты и брокколи.

Морковь натереть на крупной терке, мелко нарезать чеснок и грибы. Кусочки куриного филе обвалять в крахмале, смешать все остальные составляющие и опустить в них мясо. Поставить в холодильник на 1 час. На середину кусков фольги выложить овощи из маринада, сверху разложить мясо. Завернуть фольгу так, чтобы не вытекал сок. Запекать в течение 20 минут при температуре 180 °С.

Фаршированные куриные грудки в ананасовом соусе

...

4 куриные грудки, 1 банка консервированных ананасов, 1 ст. ложка карри, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка растительного масла.

Смешать измельченные ананасы, карри и лимонный сок (половину смеси отложить, чтобы затем подать с готовым блюдом), в оставшуюся смесь влить масло. Ножом надрезать грудки таким образом, чтобы получились кармашки. Положить по одной столовой ложки смеси в каждый кармашек, заколоть кармашки зубочисткой. Остатками смеси обмазать грудки сверху.

Запекать 25–30 минут на средней решетке при температуре 180–205 °C, на средней скорости. Для получения румяной корочки за 10 минут до окончания готовки увеличить температуру до 260 °C. Подать с соусом из ананасов и карри.

Кисло-сладкий шашлык из цыпленка с острым арахисовым соусом

...

1,4 кг цыплячьих грудок (без костей), 30 маленьких шампуров, маринад, 1/2 стакана шерри, 1/2 стакана соуса терияки, 1/3 стакана восточного кисло-сладкого соуса, 2 мелко нарезанных зубка чеснока, 1/3 стакана лимонного сока, 1/2 стакана меда, 1 стакан арахисового масла, 1/3 стакана куриного бульона, остатки маринада (примерно 1 стакан).

Нарезать цыплячьи грудки вдоль на полосы шириной 2,5 см. Нанизать кусочки на шампуры и отставить в сторону. Смешать в небольшой кастрюле шерри, соус терияки и кисло-сладкий соус. Добавить чеснок, лимонный сок и мед. Перемешать. Залить маринадом шампуры с цыпленком, закрыть крышкой и поставить в холодильник на 30 минут (как минимум). За это время один раз перевернуть. Слить маринад из кастрюли с цыпленком и сохранить его. Поместить шампуры в аэрогриль, следя за тем, чтобы они не слишком тесно соприкасались.

Режим приготовления: 10 минут – 400 ˚С – высокая скорость. Повторить процедуру с оставшимися шампурами.

Пока мясо готовится, *приготовить острый соус:* смешать арахисовое масло, лимонный сок, куриный бульон и оставшийся маринад. Довести до кипения на среднем огне. Уменьшить огонь и потомить соус 10 минут или до тех пор, пока он не начнет густеть. Шампуры выложить на блюдо или поднос, на котором уже стоит чашка с острым соусом.

Жареные куриные ножки и картофель «в мундире»

...

6 куриных голеней, 1–1,5 кг картофеля, майонез, соль, специи, чеснок.

Смешать небольшое количество майонеза с солью, специями и измельченным чесноком. Куриные голени и картофель (можно прямо «в мундире») намазать этой смесью. Картофель разложить на нижней решетке, голени – «веером» на средней. Готовить 35–40 минут при температуре 260 °С, скорость – высокая.

Пряные куриные крылышки

...

1,2 кг куриных крылышек.

Для маринада: *1/2 стакана соевого соуса, 1/2 стакана растительного масла, 1 ст. ложка острого масла чили, 1 зубок чеснока.*

Приготовить маринад: смешать в большой кастрюле соевый соус, масло, масло чили и мелко нарезанный чеснок. Положить туда же куриные крылышки и перемешать. Поставить в холодильник на 30 минут (как минимум). Слить маринад с крылышек и разместить их в аэрогриле.

Режим приготовления: 10 минут – 450 ˚С – высокая скорость; 10 минут – 400 ˚С – средняя скорость.

Индейка в маринаде

...

800 г филе индейки.

Для маринада: *1/3 ст. ложки соевого соуса, 1/3 ст. ложки коричневого сахара, 1 ст. ложка винного уксуса, 1/3 стакана вишневого ликера, 1 ст. ложка сахара, 1/3 стакана рисовой водки саке.*

Филе индейки разрезать вдоль волокон на 4 продолговатых куска, поместить в приготовленный маринад на 4–5 часов при комнатной температуре. Затем мясо извлечь из маринада, обсушить и готовить на нижней решетке в течение 20 минут при температуре 240 ˚С и высокой скорости вентилятора.

Индейка со специями, глазированная алычой

...

800 г мяса индейки (желательно грудки), 2 ст. ложки лимонного сока, 2 зубка чеснока, 200 г консервированной красной алычи (или слив) без сока, перец, соль – по вкусу.

Мясо нарезать ломтиками толщиной 1 см. Чеснок растереть с солью, добавить лимонный сок, специи. Смазать этой смесью мясо, положить на сковороду. Запекать на нижней решетке в течение 15 минут при температуре 200 °С. Затем смазать сверху растертой алычой и готовить еще 5 минут при той же температуре и высокой скорости вентилятора.

Индейка с облепихой

...

500 г мяса индейки (грудка), 1 стакан ягод облепихи, 1 ст. ложка растительного масла, 4–5 зерен кориандра, 1–2 бутона гвоздики, щепотка мускатного ореха, 1/3 ч. ложки молотого перца, 1/3 ч. ложки соли.

Ягоды облепихи провернуть через мясорубку вместе с гвоздикой и кориандром, добавить нарезанное тонкими полосками мясо и мускатный орех, посолить. Все тщательно перемешать и оставить на холоде на 4–5 часов.

Дно формы смазать растительным маслом, выложить приготовленную смесь, разровнять. Форму поместить в аэрогриль на верхнюю решетку. Запекать в течение 15 минут при температуре 220 °С и высокой скорости вентилятора.

Индейка-шерри

...

800 г филе индейки (4 куска), 1/2 стакана вишневого ликера или вишневой наливки, 1 ст. ложка сладкого кетчупа, 1/2 ч. ложки корицы, красный перец, соль по вкусу.

Приготовить маринад из вишневого ликера, кетчупа и корицы, добавить красный перец и соль. Мясо индейки положить в маринад не менее чем на сутки. Поставить посуду, предварительно накрыв ее крышкой, в холодильник, переворачивая куски через каждые 4–5 часов. Замаринованное мясо обсушить салфеткой и положить на нижнюю подставку в аэрогриль. Запекать в течение 10–12 минут при температуре 220 ˚С.

Утка, фаршированная фруктами

...

1 молодая утка, 2 крупных яблока, 2 груши, 5–7 слив, 1 ст. ложка сахарного песка, цедра 1/2 лимона, 1/3 ч. ложки кардамона, 1 кубик мясного бульона, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/3 ч. ложки соли.

Яблоки и груши очистить и мелко нарезать, смешать с измельченной цедрой лимона, добавить сахар и толченый кардамон, залить водой с растворенным в ней кубиком мясного бульона. Все перемешать, добавить мелко нарезанные сливы без косточек. Подготовленную тушку утки нафаршировать фруктовой смесью, зашить. Снаружи тушку натереть солью, уложить в форму, полить растопленным сливочным маслом и поместить в аэрогриль. Готовить 30 минут при температуре 220 ˚С, затем уменьшить температуру до 160 ˚С и готовить утку еще 30 минут, через каждые 10 минут поливая собственным соком.

Кролик в горшочке

...

750 г мяса кролика, 250 г свиного жира, 3 головки репчатого лука, 1–2 ломтика черного хлеба, 2 ст. ложки муки, 1 стакан красного вина, перец, соль по вкусу.

Мясо кролика нарезать на порции, посолить и поперчить, обвалять в муке и выложить в горшок, чередуя мясо с нарезанными ломтиками свиного жира, нашинкованным луком и крошками черного хлеба. Полить красным вином так, чтобы вся масса примерно на 1/2 была покрыта жидкостью. Тушить в течение 35 мин при температуре 160 °С.

Жаркое из кролика с шампиньонами

...

1,5 кг мяса кролика, 200 г шампиньонов, 2 зубка чеснока, 1 морковь, 2 ст. ложки мелко нарезанной петрушки, 3–4 ст. ложки растительного масла, 125 г шпига, 12 маленьких головок репчатого лука, 4 ст. ложки белого вина, 1 стакан горячей воды, 2 ст. ложки томатной пасты, перец, соль по вкусу.

Мелко нарезать чеснок и 3 маленькие луковицы, добавить петрушку. В кастрюлю влить растопленное масло, положить в него нарезанный ломтиками шпиг и подготовленные куски кролика, добавить оставшиеся целые луковицы, а также нарезанные лук и чеснок с петрушкой. Все осторожно перемешать, влить воду и белое вино, добавить томатную пасту и тонко нарезанные шампиньоны. Тушить в течение 20 минут при температуре 200 ˚С и высокой скорости вентилятора.

Пельмени, запеченные в горшочках

...

0,5 кг пельменей, 2–3 ст. ложки сметаны, 2–3 ст. ложки растительного масла, соль, перец – по вкусу.

Пельмени разложить в 2 или 3 горшочка, посолить, поперчить, добавить по 1 столовой ложке растительного масла. Встряхнуть каждый горшочек, чтобы масло и специи равномерно распределились. Добавить по 1 столовой ложке сметаны. Горшочки закрыть крышками.

Готовить в аэрогриле в течение 35 минут при температуре 260 °С. Скорость – высокая. Перед подачей на стол посыпать зеленью.

К пельменям можно добавить немного консервированной кукурузы, нарезанных помидоров и сладкого перца.

Куриная печень на вертеле

...

Куриная печень, копченая свиная грудинка, консервированные шампиньоны, соль, специи, сливочное масло.

Печень тщательно вымыть, очистить от пленок и жилок, разрезать пополам, посолить, поперчить. Грудинку нарезать кусочками, соответствующими величине кусочков печени. Нанизать на шампуры поочередно: кусочек печени, кусочек грудинки, шампиньон. Обмакнуть каждый шашлык в растопленное сливочное масло, разложить на средней и верхней решетках. Готовить при температуре 235 °С на средней скорости 20–25 минут.

Печень, зажаренная куском

...

1 кг говяжьей печени, 5 ст. ложек топленого масла, 150 г шпига, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложка муки, 1 стакан бульона или молока, 1 головка репчатого лука, 400 г картофеля, 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, перец, соль по вкусу.

Печень очистить от пленок и вымочить в холодной воде, меняя воду. Обсушить, затем нашпиговать тонкими кусочками сала, обмазать сметаной, обсыпать мелко нарезанным луком и петрушкой, поперчить и посолить, обвалять в муке. Сковороду смазать маслом, положить на нее печень, добавить бульон или молоко. Поместить в аэрогриль на 7 минут при температуре 150 °С.

Отварить картофель, слить воду, обсушить его, залить растопленным сливочным маслом, посыпать зеленью. Кастрюлю накрыть крышкой и хорошо потрясти, чтобы зелень и масло равномерно обволокли картофель. Подать в качестве гарнира к печени.

Печень в горшочках

...

На 3 горшочка: 750 г печени, 3 головки репчатого лука, 3 лавровых листа, 100 г сметаны, 1 ст. ложка кетчупа, перец черный горошком.

Плотно уложить в горшочки нарезанные лук и печень, предварительно положив на дно 1 лавровый лист и перец горошком. Сверху залить соусом: сметану перемешать с кетчупом. Рекомендуем горшочки наполнять наполовину. Горшочки закрыть крышками и поставить в аэрогриль. Готовить 30–40 минут при температуре 235 ˚С, скорость вентилятора – средняя.

Язык говяжий по-кавказски

...

1 кг отварного говяжьего языка, 3 головки репчатого лука, 300 г отваренных грибов, 1 стакан очищенных грецких орехов, 3 зубка чеснока, 250 г сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки, перец, соль – по вкусу.

Язык нарезать крупными кубиками, положить в кастрюлю, добавить грибы и поджаренный до золотистого цвета лук, нарезанный кольцами. Орехи и чеснок истолочь в однородную массу так, чтобы из орехов выступило масло, смешать эту массу со сметаной, посолить, поперчить и залить этим соусом язык, поджаренный лук и грибы. Тушить в турбопечи в течение 8 минут при температуре 220 °С. Готовое блюдо посыпать петрушкой. Подать горячим.

Язык по-французски

...

1 говяжий язык, 1/2 корня петрушки, 1/2 корня сельдерея, 1 маленькая головка репчатого лука, 2 ч. ложки сахара, 1 стакан муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1/2 стакана белого вина, цедра 1/2 лимона, 2 ст. ложки изюма, 10–12 зерен миндаля, 1/2 ч. ложки соли.

Язык положить в кастрюлю, залить соленой водой, накрыть крышкой и поместить в аэрогриль на 35–40 минут при температуре 160 °С. С готового языка снять кожу, нарезать его ломтиками толщиной 1 см. На слабом огне в подходящей форме растопить сахар с 1 столовой ложкой воды, добавить масло и муку, все тщательно перемешать. Сверху положить куски языка, посыпать их изюмом, дробленым миндалем и крупно натертой цедрой лимона, залить бульоном от сваренного языка так, чтобы жидкость слегка покрывала мясо. Готовить в течение 3–5 минут при температуре 180 °С. Подать холодным.

Почки, жаренные с кореньями, по-китайски

...

500 г почек, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, 250 г сельдерея, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 50 мл коньяка, 1 зубок чеснока, перец, соль по вкусу.

Почки разрезать вдоль, удалить мочеточники, хорошо промыть и нарезать тонкими ломтиками, затем слегка отварить, обсушить и обвалять в муке. Такими же ломтиками нарезать сельдерей и лук, слегка обжарить их в растительном масле. В посуду положить овощи, сверху ломтики почек, добавить толченый чеснок и коньяк и поместить в аэрогриль на 5 минут при температуре 160 °С. Готовое блюдо посыпать зеленью. Отдельно подать отварной рассыпчатый рис.

Запеченные бараньи потроха

...

1 бараний сальник, 500 г сердца, печени и легких, 2 яйца, 1 ломоть хлеба, 1 ст. ложка сметаны, 1 ст. ложка топленого сала, по 1 ст. ложке мелко нарезанной зелени укропа, петрушки, зеленого лука, 2 пера зеленого лука, перец, соль по вкусу.

Приготовление начинки. Отварить потроха и мелко их нарезать. Добавить яйца, немного хлебной мякоти, размоченной в молоке, сметану, зелень. Все перемешать, поперчить и посолить.

Тщательно, в нескольких водах, вымыть сальник. Слегка смазать топленым салом сковороду с низкими краями. Растянуть сальник так, чтобы в него можно было завернуть начинку. Положить начинку, разровнять ее и прикрыть краями сальника. Запекать в аэрогриле в течение 5–7 минут при температуре 200 °С.

Студень

...

1 голень свиная или говяжья, мясо свиное или говяжье, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 6–7 горошин черного перца, лавровый лист, соль – по вкусу.

В кастрюлю объемом 4 литра положить продукты. Залить горячей водой и закрыть крышкой. Поставить кастрюлю в аэрогриль на нижнюю решетку. Установить температуру 260 °С, довести до кипения, снизить до 120 °С. Время приготовления – 6 часов. Скорость высокая. После приготовления добавить нарезанный чеснок. Разлить в емкости, остудить и поставить в холодильник.

Рыба, запеченная с сыром

...

1 кг трески, 150 г майонеза,
100 г сыра, соль и специи – по вкусу.

Рыбу почистить, нарезать кусочками длиной 1,5–2 см, посолить, посыпать специями, выложить на противень, смазать сверху майонезом. Запекать рыбу на средней решетке аэрогриля в течение 25 минут при максимальной температуре и скорости. За 5 минут до готовности посыпать рыбу тертым сыром.

Треска в горчичном соусе

...

500 г трески (филе), 1 ст. ложка горчицы, тертый хрен, майонез, соль и сахар – по вкусу.

Филе нарезать кусочками. Приготовить горчичный соус. Кусочки филе положить в форму, залить соусом. Тушить в аэрогриле 30 минут при максимальных температуре и скорости.

Приготовление соуса. Горчицу смешать с натертым на мелкой терке очищенным хреном и майонезом. Добавить соль и сахар.

Рыбные рулеты с сыром

...

300 г рыбного филе, 2 ст. ложки сливочного масла, 100 г тертого сыра, 2 зубка чеснока, зелень, сок 1/2 лимона, соль, специи, мука, панировочные сухари, 1 яйцо.

Каждый кусок рыбы слегка отбить, посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона. Из тертого сыра, сливочного масла, мелко порубленной зелени и чеснока приготовить начинку. На середину каждого куска рыбного филе положить начинку, свернуть рулетиком, при необходимости закрепить зубочисткой. Обвалять сначала в муке, потом обмакнуть в яйце и обвалять в панировочных сухарях. Рулетики разложить на стиммере, установить его на средней решетке. Готовить 20–25 минут при температуре 235 °С на средней скорости.

Рыбное жаркое с овощами в горшочке

...

800 г филе трески, 3 картофелины, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 помидор, 1 стручок сладкого перца, 200 г сметаны, 150 г сыра, соль, молотый черный перец.

Филе трески нарезать и обвалять в молотом перце и соли. Дать пропитаться 30 минут. Затем нарезать картофель, помидор, перец. Морковь и лук очистить, морковь натереть на терке, лук нарезать, обжарить все на сковороде. В миске все компоненты перемешать и разложить по горшочкам. Добавить немного воды (примерно 5 столовых ложек) и сверху залить сметаной. Готовить 25 минут при температуре 260 ˚С, скорость вентилятора – высокая, за 10 минут до конца приготовления посыпать тертым сыром.

Судак с белым вином

...

1 кг судака, 1–1,5 стакана белого сухого вина, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 2 ст. ложки огуречного рассола, 2–3 соленых огурца, 1–2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, специи и соль по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, нарезать кусками и посолить. Нарезать соленые огурцы, лук, морковь.

В форму сложить куски рыбы, огурцы, овощи. Залить все горячей водой или бульоном, добавить огуречный рассол, белое вино, специи и тушить в течение 30–40 минут при температуре 260 °С. Точно таким же способом можно приготовить блюдо из карпа, леща, щуки, трески, минтая и прочей рыбы.

Рыба в маринаде

...

500 г филе любой рыбы, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 100 г сыра.

Для маринада: *1 стакан воды, 1,5 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка растительного масла, соль, перец по вкусу.*

Филе рыбы положить в маринад на 30 минут. В это время сварить вкрутую яйца и обжарить мелко нарезанный лук. Яйца порубить и смешать с луком. Натереть сыр. На фольгу, смазанную сливочным маслом, выложить кусок рыбы, посыпать сыром (1 десертная ложка), сверху выложить яйца с луком, снова посыпать сыром и сверху положить еще один кусок рыбы. Фольгу плотно завернуть. Готовить 25 минут на средней решетке при температуре 260 °С, скорость – средняя.

Суфле из консервированного лосося

...

1 банка лосося (в собственном соку), 1 головка репчатого лука, 0,5 кг картофеля, 4 яйца, 1/3 стакана молока, соль и красный перец – по вкусу.

Картофель отварить, сделать пюре. Четыре желтка растереть и взбить с пюре до получения однородной массы. Размять вилкой рыбу и перемешать с пюре. Лук мелко нарезать и добавить к пюре с рыбой, поперчить, посолить по вкусу.

Белки взбить в крепкую пену и осторожно, сверху вниз, вмешать в массу. Смесь уложить в форму, смазанную маслом. Поставить в аэрогриль на 25–30 минут и запекать при температуре 150–180 °С на максимальной скорости.

Овощное ассорти, запеченное с яйцом в фольге

...

1 ст. ложка растительного масла, 1 зубок чеснока, 4 стакана измельченных овощей (баклажан, тыква, кабачок, лук, морковь, сладкий перец и др.), 1 яйцо, зелень, соль, перец.

Приготовить маринад: в миске смешать масло, измельченный чеснок, соль. В эту смесь выложить овощи, перемешать. Затем выложить их в фольгу-жаршланг, закрепить края рулона (или на большой лист фольги, завернув в два слоя и оставив небольшое отверстие для выхода пара). Поместить овощи в аэрогриль на среднюю решетку и выпекать 30 минут при температуре 260 °С на средней скорости. Когда овощи будут готовы, вылить на них взбитое яйцо и аккуратно перемешать, посыпать перцем и зеленью. Выпекать еще 5–7 минут.

Суфле из кабачков с белым соусом

...

1 кг кабачков, 4 ст. ложки тертого сыра, 150 мл молока, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, соль.

Кабачки натереть на крупной терке. *Приготовить молочный соус:* 1 столовую ложку муки обжарить в 1 столовой ложке масла. Влить тонкой струйкой молоко и быстро размешать.

Кабачки выложить в форму, смазанную маслом, залить соусом, добавить тертый сыр и все перемешать. Выпекать в предварительно прогретом аэрогриле 30 минут при температуре 235 ˚С на средней скорости.

Картофель печеный

...

6–7 средних картофелин, 50 мл растительного масла, специи, соль, сливочное масло.

Картофель тщательно вымыть щеткой, прорезать листочками толщиной где-то 8–10 мм, не прорезая насквозь, посолить, посыпать специями.

В глубокую форму налить растительное масло, чтобы оно равномерно покрывало дно. Разложить картофель. Запекать в течение 40 минут при температуре 235 °С. Скорость – высокая. Через 20 минут открыть и перемешать, за 10 минут до конца готовки сверху на картофель нарезать сливочное масло.

Каши

Гороховая каша с копченостями

...

15 ст. ложек сухого гороха, 200 г копченой колбасы или других копченостей, сливочное масло, зелень.

Предварительно замоченный горох разложить по горшочкам. Колбасу мелко нарезать и тоже разложить по горшочкам. Залить содержимое горячей водой ниже плечиков, посолить и закрыть крышками. Готовить кашу 40 минут при температуре 260 °С на высокой скорости. Желательно в процессе приготовления перемешать кашу 2 раза. Перед подачей на стол в каждый горшочек положить 1 столовую ложку сливочного масла и измельченную зелень.

Тыквенно-чечевичная каша

...

300 г тыквы, 3 ст. ложки чечевицы, 150 г сливочного или топленого масла, 3 ч. ложки сахара, зелень кинзы, петрушки, 0,5 л мацуна или жирного кефира, лук, чеснок.

Чечевицу залить кипятком на 30 минут или замочить с вечера. Тыкву, лук очистить и нарезать маленькими кусочками. Лук обжарить.

Варить чечевицу без соли 20 минут при температуре 260 °С на высокой скорости. После этого сложить в горшочек тыкву, лук, масло, сахар и петрушку. Готовить еще 20 минут при температуре 260 °С на средней скорости. Оставить на 10 минут остывать в аэрогриле (чтобы каша хорошенько протомилась). Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной кинзой, залить смесью чеснока с мацуном (кефиром).

Каша гречневая

...

На горшочек 500 мл: 3 ст. ложки гречневой крупы, 1 головка репчатого лука, соль, специи по вкусу.

Мелко нарезанный лук обжарить до золотистого цвета. Крупу промыть, переложить в горшочек, перемешать с луком, залить кипятком, закрыть крышкой.

Готовить 20 минут при температуре 260 °С, скорость вращения вентилятора – высокая. После отключения аэрогриля потомить кашу еще 10 минут при температуре 180–205 °С.

Каша рисовая сладкая

...

На горшочек 500 мл: 4 ст. ложки длиннозерного риса, 1 ч. ложка сливочного масла, молоко, соль, сахар по вкусу (изюм, курага – по желанию).

В горшочек положить промытый в холодной воде рис, соль, сахар, сливочное масло, мелко нарезанные сухофрукты. Края горшочка смазать маслом. Залить холодным молоком до изгиба горшка. Крышкой не закрывать! Готовить 30 минут при температуре 260 ˚С, скорость вентилятора – высокая. После отключения оставить потомиться еще минут на 10.

Пшенная каша с морковью и молоком

...

На горшочек 500 мл: 4 ст. ложки пшена, 3 ст. ложки натертой моркови, молоко, сливочное масло, соль, сахар по вкусу.

Пшено тщательно промыть несколько раз в холодной воде, чтобы не горчило, ошпарить кипятком, воду слить. В горшочек положить крупу и морковь (можно заранее ее спассеровать), добавить соль и сахар по вкусу, залить холодным молоком до изгиба горшка.

Готовить 30 минут при температуре 260 °C на средней скорости до золотистой корочки. После приготовления оставить горшочек потомиться в аэрогриле на 10 минут.

Выпечка

Кекс «Шоколадный»

...

3 яйца, 1 стакан сахарного песка, 1/2 ч. ложки соды, 3 ст. ложки какао, 3 ст. ложки сметаны, 1 стакан муки, 125 г маргарина.

Взбить яйца с сахаром, добавить муку, какао, сметану, соду, погашенную уксусом. Растопить маргарин и влить в тесто. Выложить тесто в смазанную жиром форму. Выпекать 45 минут при температуре 180 ˚С, скорость вентилятора – средняя.

Сочни «Лимонные»

...

300 г муки, 100 г сахара,
1 лимон, 200 г сливочного масла,
1 яйцо, 1 пачка (250 г) творога.

Масло растереть с сахарным песком и яйцом, добавить муку и натертый на терке лимон, замесить тесто. Положить тесто в холодильник на 30–40 минут. Потом тесто раскатать, нарезать кружочками (диаметром 10–12 см). В каждый кружочек положить протертый творог, залепить края так, чтобы получился сочень в форме полумесяца.

Аэрогриль прогреть, сочни выложить на среднюю решетку, смазать желтком. Выпекать 20–25 минут при температуре 235 °С, скорость вентилятора – средняя.

Пирожки сырно-чесночные

...

25 г дрожжей, 1 яйцо, 100 мл молока, 1,5–2 стакана муки, 100 г маргарина, сахар, соль, сыр твердых сортов, 2–3 зубка чеснока.

Молоко подогреть с сахаром, развести в нем дрожжи. Растопить маргарин, через 3 минуты добавить в него яйцо, соль, растительное масло, все соединить. Постепенно добавляя муку, в большой емкости (кастрюле) вымесить тесто до однородной консистенции (оно должно быть густым, но не жестким). Кастрюлю с тестом накрыть хлопчатобумажным полотенцем или салфеткой, поставить тесто подниматься в аэрогриль на нижнюю решетку при параметрах 65 °С, скорость вентилятора – низкая. Через 30–40 минут поднявшееся тесто осадить и поставить подниматься второй раз при тех же параметрах.

Для начинки сыр натереть на крупной терке, чеснок – на мелкой, перемешать их. Слепить пирожки, положив внутрь начинку. Пирожки смазать желтком, посыпать небольшим количеством тертого сыра. Выпекать 15 минут в предварительно прогретом аэрогриле, разложив на средней решетке (или на нижней и верхней) при температуре 235 °С, скорость вентилятора – высокая.

Морковные булочки

...

2–3 моркови, 1/2 стакана сахара, 3–4 ст. ложки растительного масла, соль, 1/3 ч. ложки соды, погашенной уксусом, мука.

Морковь натереть на крупной терке, добавить сахар, масло, погашенную уксусом соду, соль. Всыпать столько муки, чтобы после замеса из теста можно было сформовать шарики диаметром около 5 см. Каждый шарик обвалять в муке, выложить на среднюю решетку, покрытую фольгой или бумагой для выпечки (можно просто использовать стиммер). Выпекать 20–25 минут в предварительно прогретом аэрогриле при температуре 205 °C, скорость вентилятора – высокая.

Ватрушка «Лакомка»

...

Для теста: *4 ст. ложки сметаны, 4 ст. ложки майонеза, 4 ст. ложки сахара, 4–5 ст. ложек муки с горкой, 1 яйцо, 1 ч. ложка соды, уксус.*

Для начинки: *250 г творога, 2 яйца. 1 ст. ложка сахара.*

Смешать продукты для теста. Тесто должно получиться консистенции густой сметаны. В другой миске перемешать продукты для начинки.

Форму смазать маслом и обсыпать сухарями. Вылить тесто в форму. Начинку выложить на тесто, оставив бортики 1,5–2 см по периметру. Выпекать в предварительно прогретом аэрогриле 35–40 минут при температуре 180 °С на средней скорости.

Лимонник

...

1/2 пачки маргарина, 1,5 стакана муки, 1/3 палочки дрожжей, 1/2 стакана молока, 1 лимон, 1/2 стакана сахара.

Лимон ошпарить кипятком и пропустить через мясорубку, смешать с сахаром. Маргарин порубить с мукой, дрожжи развести в теплом молоке и соединить с мукой и маргарином, замесить тесто и поставить его в холодильник на 15–30 минут. Разделить тесто на 3 части, раскатать каждую тонким слоем, смазать лимонной массой, затем положить второй слой теста, снова смазать лимонно-сахарной массой, закрыть пирог третьим пластом теста, смазать яйцом, наколоть в нескольких местах вилкой. Сверху пирог посыпать крошкой, полученной из перетертой смеси муки, сахара и маргарина.

Форму с пирогом установить в предварительно прогретый аэрогриль и выпекать при температуре 180 °C в течение 30–40 минут на средней скорости.

Пирожные «Снегурочка»

...

Для теста: *2 творожных ванильных сырка, 1 пачка маргарина, 2 желтка, 1,5 стакана муки, 1/2 ч. ложки соды, уксус.*

Для начинки: *2 белка, 1/2 стакана сахара.*

Растереть яичные желтки с маргарином, добавить творожные сырки, соду, погашенную уксусом, и замесить тесто. Тесто раскатать толщиной 3 мм, смазать взбитыми с сахаром белками и сформовать рулет. Разрезать рулет на ломтики шириной 1,5 см и выложить на решетку, покрытую фольгой, в виде розочки. Выпекать в предварительно прогретом аэрогриле 30–35 минут (пока пирожные не зарумянятся) при температуре 205 °C на средней скорости.

Хлебно-фруктовый десерт

...

Пшеничный батон, любое варенье, любые фрукты (яблоки, бананы, киви), 1 яйцо, 1 стакан сахара, орехи, масло сливочное.

Со слегка подсохшего батона срезать корку, батон и фрукты нарезать ломтиками. Яичный белок взбить с сахаром в крепкую пену. Каждый ломтик батона намазать вареньем, уложить по ломтику фрукта, покрыть сверху взбитыми белками, посыпать измельченными орехами. Запекать в аэрогриле 15 минут при температуре 180 ˚С на средней скорости.

Яблочная шарлотка

...

2 яйца, 1 стакан сахара, 1 стакан муки, 1/3 ч. ложки соды, погашенной уксусом, ваниль на кончике ножа, яблоки, сахарная пудра.

Яйца с сахаром взбить (не до пены), добавить муку, соду и ваниль – все тщательно перемешать миксером. Форму смазать, выложить «веером» нарезанные дольками яблоки, залить тестом.

В предварительно прогретый аэрогриль на среднюю решетку поставить форму, выпекать 35 минут при температуре 205 °С на средней скорости.

Слоеные рулетики

...

1 пачка готового слоеного теста, 1 яйцо, 1 стакан сахара, консервированные фрукты (можно использовать чернослив, курагу, грецкие орехи).

Тесто разморозить (оно должно быть пластичным, но не слишком мягким), разрезать на пласты. Белок взбить с сахаром в пышную пену. На каждой полоске теста распределить безе, положить начинку (измельченные грецкие орехи, кусочки консервированных фруктов, чернослив, курагу), свернуть в рулетик. Каждый рулетик смазать желтком, разложить на средней решетке (решетку лучше застелить фольгой или бумагой для выпечки). Выпекать 12–15 минут в предварительно прогретом аэрогриле при температуре 235 °C, скорость вентилятора – средняя.

Пудинг с джемом

...

1 стакан сахара, 2 яйца, 30 г масла, 1/2 стакана джема, 1 и 1/3 стакана муки, 1/2 стакана молока, 5 мл уксуса, 5 г соды, соль.

Для соуса: *250 мл сливок, 100 г сливочного масла, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана апельсинового сока (бренди).*

С помощью миксера взбить яйца и сахар до образования легкой пенки. В полученную смесь добавить джем. Просеять муку 3 раза. Расплавить масло, добавить уксус и молоко. Потом добавить взбитые яйца и муку. Размешать до получения однородной консистенции. Смесь залить в форму, предварительно смазанную маслом, выпекать при малой скорости вентилятора в течение 45 минут. Готовый пудинг выложить из формы и поставить остывать. Полить соусом до того, как остынет, чтобы лучше впиталось.

Приготовление соуса: растопить масло, добавить сливки и сахар. Размешать. Добавить апельсиновый сок или бренди.

Банановое суфле

...

250 г мякоти бананов, 4 яичных белка, 60 г сахарной пудры, ванилин.

Банановую мякоть размять вилкой. Белки взбить с пудрой и ванилином. Перемешать бананы с белками, вылить в смазанную жиром форму. Поставить в аэрогриль на нижнюю решетку: температура – 205 °С, скорость – низкая, время – 25–30 минут. Готовое остывшее суфле нарезать квадратиками, посыпать сахарной пудрой и мелко порубленными грецкими орехами.

Фруктовый торт

...

450 г различных фруктов, 2 стакана муки, 150 г сливочного масла, по 1 стакану воды и сахарного песка, 2 яйца, по 1/2 ч. ложки цедры лимона и соды, 1 пакетик ванильного сахара, 1 ч. ложка сухих дрожжей.

Промытые фрукты (без кожи и косточек), масло, сахарный песок, приправы положить в кастрюлю, залить 1 стаканом воды и проварить 10 минут. Остудить, добавить соду, взбитые яйца. Затем всыпать муку, смешанную с разведенными дрожжами. Все перемешать.

Форму для торта выстлать промасленной пергаментной бумагой, выложить на нее приготовленную массу и выпекать 20 минут при 180 °С.

Пирог с черникой

...

Для теста: *350 г муки, 2 ч. ложки разрыхлителя, 150 г маргарина, 5 ст. ложек воды, соль.*

Для начинки: *500 г черники, 2 ст. ложки муки, 1 стакан сахарного песка, 2 ст. ложки сливочного масла.*

Муку, соль и разрыхлитель смешать с маргарином, постепенно добавляя по ложке воду, и замесить крутое тесто (пока оно не начнет отделяться от стенок посуды). Раскатать тесто, смазанную маслом форму на 2/3 наполнить тестом. Сверху разложить ягоды, слегка посыпать их мукой, затем – сахарным песком. Сверху положить кусочки сливочного масла. Накрыть оставшимся тестом. Выпекать 15 минут при 180 ˚С.

Пирожки картофельные с мясом

...

500 г картофеля, 1 ст. ложка растительного масла, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны или молока, 1 яичный желток, 25 г дрожжей, 1,5 стакана муки, 1 ч. ложка сахарного песка, 1/2 ч. ложки соли.

Для начинки: *800 г говядины, 150 г сливочного масла, 3 яйца, 3 луковицы, соль, перец, вода, 2 ст. ложки крепкого бульона.*

Сваренный в кожуре картофель очистить, натереть на терке, смешать с разведенными в подслащенном молоке или сметане дрожжами, добавить муку и яйца, посолить. Вымешивать тесто, пока оно не будет отставать от рук.

Оставить в теплом месте на час, затем раскатать в пласт толщиной в палец и вырезать стаканом кружочки. Для начинки нарезать мясо кусочками по 40–50 г, поджарить на масле с луком, добавить воду и потушить. Затем мелко порубить, посолить, поперчить, добавить крутые рубленые яйца, влить 2 столовые ложки крепкого бульона. Все перемешать.

На один из кружков теста положить начинку, сверху накрыть другим кружком, края защепить. Пирожки смазать яичным желтком, уложить в смазанную растительным маслом форму, выпекать 15–18 минут при 200 °С.

Чернично-банановая пицца

...

Для теста: *1 стакан муки, 1/2 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ч. ложка сухих дрожжей.*

Для начинки: *3/4 стакана черники, 2 банана, 1/2 стакана очищенных грецких орехов, 2 ч. ложки топленого молока, 150 г сырковой массы, 2 ч. ложки сахарного песка.*

Муку тщательно растереть с маслом. Дрожжи развести теплым молоком, влить в смесь муки и масла и месить, пока тесто не станет гладким и однородным. Тесто раскатать в круг диаметром около 30 см, уложить в смазанную маслом форму, слегка приподнять края. Ровным слоем выложить сырковую массу, сверху положить нарезанные кружками бананы и засыпать черникой. Края теста смазать маслом. На чернику положить измельченные орехи и сахарный песок, края защепить. Выпекать 10–12 минут при 200 °С. Подать в горячем виде.

Шарлотка

...

500 г яблок, 600 г белого хлеба, 3 яйца, 1,5 стакана молока, 1/2 стакана сахарного песка, 2 ч. ложки сахарной пудры, 1/2 ч. ложки корицы, 1 ч. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки растопленного сливочного масла, 1 ч. ложка маргарина.

Нарезать хлеб тонкими ломтиками. Взбить яйца с молоком и сахарным песком. Яблоки очистить, нарезать тонкими ломтиками, сбрызнуть лимонным соком.

Форму смазать маргарином, половину ломтиков хлеба выложить в один ряд, залить половиной яичной смеси. Сверху ровно разложить яблоки, посыпать сахарной пудрой и корицей, накрыть оставшимся хлебом, залить яичной смесью. Готовить на верхней решетке 20 минут при 160 °С.

Яблоки, запеченные с курагой

...

4 больших яблока, 2 ст. ложки сахарного песка, 8 шт. кураги, 4 грецких ореха, 1 ст. ложка сливочного масла, ванилин.

Курагу замочить на 3 часа, обсушить, пропустить через мясорубку с очищенными орехами. Яблоки вымыть, осторожно вынуть сердцевину, наполнить их смесью сахарного песка, орехов и кураги. Положить яблоки на блюдо, сверху – кусочки масла. Посыпать ванилином и запекать 10–12 минут при 200 °С.

Яблочная запеканка

...

300 г белого хлеба, 400 г яблок, 1 стакан молока, 4 яйца, 100 г сахарного песка, 1 пакетик ванильного сахара, по 2 ст. ложки изюма и сливочного масла, соль.

С хлеба срезать корку, нарезать его тонкими ломтиками. Яйца взбить, добавить молоко, 50 г сахарного песка, соль. Яблоки почистить, нарезать дольками, засыпать сахарным песком.

В смазанную маслом форму положить слой хлеба, намоченного в смеси молока и яиц, слой яблок и изюма. Наполнив форму, залить ее оставшейся жидкостью. Сверху положить кусочки масла и запекать в аэрогриле 15–20 минут при 180 ˚С.

Подавать с фруктовым соком.

Яблочный кекс

...

2 стакана мелко нарезанных яблок без кожуры, 1,5 стакана муки, 125 г сливочного масла, 2 яйца, 1 стакан сахарного песка, 1/2 ч. ложки соды, 1 ч. ложка корицы, 1/4 ч. ложки мускатного ореха, 1/4 стакана изюма, 3/4 стакана измельченных грецких орехов, 1/2 ч. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ч. ложка разрыхлителя.

Сбрызнуть яблоки лимонным соком. Взбить в миксере сливочное масло, яйца и сахарный песок до получения однородной массы. Добавить разрыхлитель, муку, специи, орехи, изюм, в самом конце – яблоки. Осторожно перемешать, выложить в смазанную растительным маслом форму в виде кольца. Поместить в аэрогриль на 20 минут при 200 °С.

Кокосовое пирожное

...

250 г мякоти кокосовых орехов, 3 стакана молока, по 1 ст. ложке крахмала и сахарного песка, 1/2 пакетика ванильного сахара, 2 яйца, 1 ст. ложка коньяка, 2 ст. ложки изюма, 1/2 ч. ложки корицы.

Крахмал развести в 1/2 стакана холодного молока. Остальное молоко вскипятить, добавить в него разведенный крахмал и, постоянно помешивая, довести до кипения. Затем добавить натертую на крупной терке мякоть кокосов, изюм, сахарный песок, ванильный сахар, взбитые с коньяком яйца. Готовую смесь разложить по формочкам, сверху посыпать корицей. Запекать 5 минут при 200 °С.

Английский пудинг

...

50 г муки, 3 ст. ложки какао, 2 ст. ложки сливок, 60 г сахарного песка, 1/2 стакана молока, 1 стакан панировочных сухарей, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. ложка коньяка, 2 ст. ложки натертого миндаля, 1/2 ч. ложки соды.

Какао смешать с панировочными сухарями, добавить молоко, сливки и размачивать 10 минут. Масло растереть с 50 г сахарного песка, добавить желтки, муку, соду, а затем размоченные сухари, какао, миндаль, коньяк.

Отдельно взбить белки с сахарным песком и добавить в тесто. Приготовленное тесто выложить в смазанную маслом форму. Форму поставить в посуду с водой так, чтобы вода была вровень с поверхностью пудинга. Все поместить в аэрогриль на 25 минут при 160 ˚С.

Пудинг сливочный с орехами

...

1 стакан муки, 100 г сливочного масла, 1 стакан сливок, 500 г сахарной пудры, 100 г очищенных орехов, 8 яиц, 1 пакетик ванильного сахара.

В кастрюле растопить 2/3 масла, замесить муку и прогреть. Затем, помешивая, постепенно добавить сливки. Прогревать массу на слабом огне, пока она не начнет отделяться от краев и собираться в ком. Охладить тесто, добавить в него яичные желтки, 100 г сахарной пудры, ванильный сахар, измельченные орехи. Взбить белки с остальной сахарной пудрой. 1/4 полученной массы белков положить в холодильник, остальные осторожно ввести в тесто. Положить тесто в смазанную оставшимся маслом форму и выпекать 10 минут при 220 °С. На слабом огне взбить 1/4 часть белков с сахарной пудрой до загустения и украсить пудинг.